پیارے نبی ﷺ کی پیاری سُنّتیں

24 گھنٹے میں 1000 سنّتیں

مجلس التحقیق الاسلامی
ISLAMIC RESEARCH COUNCIL

پیارے نبی ﷺ کی پیاری سنّتیں

24 گھنٹے میں 1000 سنتیں

کتاب .... ۲۴ گھنٹوں میں ۱۰۰۰ سنتیں

مؤلف .... شیخ خالد حسینان

مترجم .... حافظ محمد اسحٰق زاہد

بہ اہتمام .... حافظ حسن مدنی

طبع اوّل .... اگست ۲۰۰۷ء

مطبع .... أحد پرنٹنگ پریس

J-99 ماڈل ٹاؤن لاہور 54700

فون:5866396,5866476,5839404

ایک دن رات میں

1000

سے زیادہ سنتیں

تالیف

الشیخ خالد الحسینان

ترجمہ

حافظ محمد اسحٰق زاھد

تخریج وتحقیق اور نظر ثانی

ریسرچ سیکالر و مجلس التحقیق الاسلامی

فہرست

عرضِ ناشر

فرمانِ نبوی ﷺ ہے کہ ''جس شخص نے میری کسی نظر انداز کردہ سنت کو دوبارہ زندہ کیا تو اس سنت پر عمل کرنے والے تمام مسلمانوں کے اجر کے مثل ہی اسے بھی نیکی میں حصہ ملے گا۔'' (سنن ابن ماجہ: ۲۰۵ 'صحیح')

نبی کریم ﷺ کی محبت ہر مسلمان کے ایمان کا بنیادی جز ہے، اور اس محبت کا نتیجہ آپ کی سنتوں سے محبت کی صورت میں نکلنا چاہیے۔ مذکورہ فرمانِ نبویؐ کے مطابق آپ ﷺ کی سنتوں کو زندہ کرنے اور ان پر عمل بجا لانے کے فضائل ومناقب بے شمار ہیں لیکن ہم لوگ اپنی روزہ مرہ زندگی میں محض لاعلمی کی بنا پر بہت سی ایسی سنتوں پر عمل نہیں کر پاتے جن کے لئے صرف معمولی سی توجہ ہی درکار ہوتی ہے۔ اگر ہم ذرا سی توجہ کریں تو ایک دن رات یعنی ۲۴ گھنٹوں میں ہی ایک ہزار سے زائد سنتیں ایسی ہیں جن پر عمل کر کے اپنے ثواب اور درجات میں غیر معمولی اضافہ کیا جا سکتا ہے۔

ہمارے معاشرے میں کچھ عرصے سے نبی کریم ﷺ کی سنتوں پر عمل کرنے کو رواج دینے پر خاص توجہ دی جارہی ہے، اس سلسلے میں یہ کتابچہ ایک اہم کاوش ہے جس میں صرف مستند اور صحیح سنتوں کو ذکر کیا گیا ہے۔ ہم نے قارئین کے مزید اطمینان کے لئے اکثر سنتوں کے مستند کتبِ حدیث سے حوالے بھی درج کر دیے ہیں اور صرف انہی احادیث کو ذکر کرنے پر اکتفا کیا گیا ہے جو محدثین کی نظر میں قابل قبول ہیں، البتہ اختصار کے پیش نظر روایت کرنے والے صحابہ کرام رضی اللہ عنہم کے نام ذکر نہیں کیے گئے۔

صحت وضعف کے لئے زیادہ تر علامہ البانیؒ کی کتب پر اعتماد کیا گیا ہے اور حواشی نمبر کے طویل تسلسل سے بچنے کے لئے ۲۵ یا ۳۰ نمبروں کے بعد آغاز سے پھر حاشیہ نمبر شروع کیا گیا ہے۔ ہر عنوان کے آخر میں علامت ☜ کے ذریعے اس عنوان کے تحت درج کی جانے والی سنتوں کو شمار کرنے کی بھی کوشش کی گئی ہے تاکہ سنت کے متوالوں کے شوقِ عمل کو مہمیز مل سکے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں اپنی زندگی کا ہر پہلو سنتِ مطہرہ کے مطابق بسر کرنے کی توفیق مرحمت فرمائے۔ آمین!

حافظ حسن مدنی

مقدمہ

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين، وعلى آله وأصحابه أجمعين وبعد

ہم مسلمانوں کو اپنی روزمرہ زندگی میں جس بات کا سب سے زیادہ اہتمام کرنا چاہیے، وہ ہے اپنی تمام حرکات وسکنات میں رسولِ اکرم ﷺ کی سنت پر عمل کرنا اور صبح سے لے کر شام تک اپنی پوری زندگی کو آپ ﷺ کے طریقوں کے مطابق منظّم کرنا۔

◉ ذوالنون مصریؒ کہتے ہیں:

''اللہ تعالیٰ سے محبت کی علامات میں سے ایک علامت یہ ہے کہ انسان رسول اللہ ﷺ کی عادات، ان کے افعال، ان کے احکام اور ان کی سنتوں کی پیروی کرے۔ فرمانِ الٰہی ہے ﴿ قُلْ إِن كُنتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴾ (آلِ عمران: ۳۱)

''کہہ دیجئے! اگر تم اللہ تعالیٰ سے محبت رکھتے ہو تو میری اتباع کرو، خود اللہ تم سے محبت کرے گا اور وہ تمہارے گناہ معاف فرما دے گا، اور اللہ تعالیٰ بڑا بخشنے والا مہربان ہے۔''

◉ اور حسن بصریؒ کا کہنا ہے:

''اللہ سے محبت کی علامت اسکے رسول ﷺ کی سنت کی پیروی کرنا ہے۔''

اور کسی مؤمن کا اللہ کے ہاں کتنا مقام ہوتا ہے؟ اس کا دارو مدار بھی رسول اللہ ﷺ کی اتباع پر ہے، سو جس قدر زیادہ وہ آپ ﷺ کی سنتوں کا پیروکار ہوگا، اتنا ہی زیادہ وہ اللہ کے ہاں لائق احترام ہوگا۔

اسی بنا پر میں نے یہ مختصر کتابچہ تالیف کیا ہے تاکہ مسلمانوں کے روزمرہ کے معمولات کے متعلق رسول اللہ ﷺ کی سنتوں کو بیان کیا جائے۔ اور اس کا تعلق صرف ان اُمور سے ہے جو زندگی میں ہر روز تقریباً ہر مسلمان کو پیش آتے ہیں، مثلاً نماز، نیند، کھانا پینا، لوگوں کے ساتھ میل ملاپ، طہارت، آنا جانا، لباس اور دیگر حرکات وسکنات وغیرہ

اور ذرا غور کیجئے! اگر ہم میں سے کسی شخص کا کچھ مال گم ہو جائے تو ہم اس کی تلاش میں اپنی تمام توانائیاں صرف کر دیتے ہیں اور اسے حاصل

کرنے کے لئے ہر ممکن کوشش کرتے ہیں، تاوقتیکہ وہ ہمیں واپس مل جائے، اور آج ہماری یومیہ زندگی میں کتنی سنتیں ضائع ہو جاتی ہیں، تو کیا اس پر بھی ہمیں کبھی افسوس ہوا؟ اور کیا ہم نے انھیں اپنی عملی زندگی میں نافذ کرنے کی کبھی کوئی سنجیدہ کوشش کی؟

حقیقت میں یہ ایک بہت بڑا المیہ ہے کہ آج ہم روپے پیسے کو سنت نبویہؐ سے زیادہ اہمیت دیتے ہیں، اور اس کی دلیل یہ ہے کہ اگر لوگوں سے یہ کہا جائے کہ جو شخص ایک سنت پر عمل کرے گا، اسے اتنا مال دیا جائے گا، تو آپ دیکھیں گے کہ تمام لوگ اپنی زندگی کے تمام معمولات میں صبح سے لے کر شام تک زیادہ سے زیادہ سنتوں پر عمل کرنے کی کوشش کریں گے، کیونکہ انھیں ہر سنت پر عمل کے بدلے میں مال نظر آ رہا ہوگا، لیکن خدارا یہ تو بتائیے کہ کیا یہ مال اس وقت آپ کو کوئی فائدہ پہنچا سکے گا جب آپ کو قبر میں لٹایا جائے گا اور آپ پر مٹی ڈال دی جائے گی؟ فرمانِ الٰہی ہے:

﴿بَلْ تُؤْثِرُوْنَ الْحَيٰوةَ الدُّنْيَا ۞ وَالْاٰخِرَةُ خَيْرٌ وَّاَبْقٰى﴾

”لیکن تم تو دنیا کی زندگی کو ترجیح دیتے ہو، حالانکہ آخرت بہت بہتر اور زیادہ بقا والی ہے۔“ (الاعلیٰ:۱۶، ۱۷)

☜ یاد رہے کہ اس رسالے میں جس سنت کا ذکر کیا گیا ہے، اس سے مراد وہ عمل ہے جس کے کرنے پر ثواب ملتا ہے اور اسے چھوڑنے پر ثواب سے محرومی ہے۔ ادر میں نے اس رسالے میں ان سنتوں کو جمع کیا ہے جن پر ہم میں سے ہر شخص دن اور رات میں کئی مرتبہ عمل کرسکتا ہے۔

اور میں نے محسوس کیا ہے کہ محض ایک دن رات میں سنتوں کی تعداد ایک ہزار سے زیادہ ہے بشرطیکہ انسان اپنے تمام معمولات رسول ﷺ کی سنتوں کو مدنظر رکھ کر سرانجام دے، اور یہ رسالہ انہی سنتوں پر عمل کرتے ہوئے زیادہ نیکیاں حاصل کرنے کے آسان ترین طریقوں پر مبنی ہے۔

اور اگر انسان روزانہ ایک ہزار سنتوں پر عمل کرے تو یوں وہ ایک ماہ کے دوران تیس ہزار سنتوں پر عمل کرسکتا ہے۔

سو کتنا بدنصیب ہے وہ انسان جو ان سنتوں کو سرے سے جانتا ہی نہ ہو یا جانتا تو ہو لیکن ان پر عمل نہ کرتا ہو!

شیخ خالد حسینان

کویت

سنتِ رسول ﷺ پر عمل کے فوائد

① سنت پر عمل پیرا ہونے سے بندۂ مومن کو اللہ تعالیٰ کی محبت نصیب ہوتی ہے۔

② فرائض میں جو کمی کوتاہی رہ جاتی ہے، وہ ان سنتوں پر عمل کرنے کی وجہ سے پوری کر دی جاتی ہے۔

③ اتباعِ سنت کی بنا پر انسان بدعت سے محفوظ رہتا ہے۔

④ سنت کی پیروی کرنا شعائرِ الٰہی کے احترام کا حصہ ہے۔

تو آیئے رسول اللہ ﷺ کی سنتوں کو عمل کے ذریعے زندہ کیجئے کیونکہ یہ چیز آپ ﷺ کے ساتھ کامل اور سچی محبت کی نشانی ہے!

نیند سے بیدار ہونے کی سنتیں

① چہرے پر سے نیند کے آثار کو ہاتھ سے مٹانا

ایک حدیثِ مبارکہ ہے کہ

''رسول اللہ ﷺ نیند سے بیدار ہو کر اُٹھے تو نیند کے آثار کو ختم کرنے کے لئے چہرے پر ہاتھ پھیرنے لگے۔''[①]

امام نوویؒ اور حافظ ابن حجرؒ نے اسی حدیث کے پیش نظر نیند سے بیدار ہونے کے بعد چہرے پر ہاتھ پھیرنے کو 'مستحب' قرار دیا ہے۔

② بیدار ہونے کی دعا

«اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِيْ اَحْيَانَا بَعْدَ مَا اَمَاتَنَا وَاِلَيْهِ النُّشُوْرُ»[②]

''تمام تعریفیں اس اللہ کے لیے ہیں جس نے مارنے (سلانے) کے بعد ہمیں زندہ (بیدار) کیا، اور اسی کی طرف اٹھ کر جانا ہے۔''

اسی لئے نیند کو (عارضی) موت کہا جاتا ہے: النَّوم أختُ الموت

---

① صحیح بخاری: ۴۵۷۲ ② صحیح بخاری: ۶۳۱۲

③ مسواک کرنا

ایک حدیث میں ہے کہ

''رسول اللہ ﷺ جب رات کی نیند سے بیدار ہوتے تو مسواک کے ساتھ منہ صاف کرتے۔''③

④ ناک جھاڑنا

رسول اللہ ﷺ کا فرمان ہے:

''تم میں سے کوئی شخص جب نیند سے بیدار ہو تو وہ تین مرتبہ ناک جھاڑے کیونکہ شیطان اس کے نتھنوں میں رات گزارتا ہے۔''④

⑤ دونوں ہاتھوں کو تین مرتبہ دھونا

ارشادِ نبوی ﷺ ہے:

''تم میں سے کوئی شخص جب نیند سے بیدار ہو تو اس وقت تک اپنا ہاتھ برتن میں نہ ڈبوئے جب تک اسے تین مرتبہ دھو نہ لے۔''⑤

---

③ صحیح بخاری:۲۴۵ وصحیح مسلم:۲۵۵
④ صحیح بخاری:۳۲۹۵ وصحیح مسلم:۲۳۸
⑤ صحیح بخاری:۱۶۲ وصحیح مسلم:۲۷۸

بیت الخلا میں داخل ہونے اور نکلنے کی سنتیں

① داخل ہوتے وقت پہلے بایاں پاؤں اندر رکھے، پھر دایاں۔

② داخل ہونے کی دعا:

«اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْخُبُثِ وَ الْخَبَائِثِ» ⑥

''اے اللہ! میں آپ کی پناہ میں آتا ہوں مذکر اور مؤنث شیطانوں سے۔''

یاد رہے کہ آپ ﷺ نے شیطانوں کے شر سے اللہ کی پناہ اس لئے طلب فرمائی کہ عام طور پر شیطان بیت الخلا میں ہی رہتے ہیں۔

③ نکلتے وقت پہلے دایاں پاؤں باہر رکھے، پھر بایاں۔

④ نکلنے کی دعا:

«غُفْرَانَكَ» ⑦ ''اے اللہ! میں آپ سے معافی چاہتا ہوں۔''

☜ انسان کو دن اور رات میں کئی مرتبہ بیت الخلا میں جانا پڑتا ہے تو ہر مرتبہ اسے ان چار سنتوں پر عمل کرنا چاہیے:

دو داخل ہونے کی سنتیں اور دو نکلنے کی سنتیں

---

⑥ صحیح بخاری: ۱۴۲، صحیح مسلم: ۳۷۵ ⑦ صحیح سنن ترمذی: ۷

وضو کی سنتیں

① وضو گھر میں کرنا: ایک حدیث میں ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:
''جو شخص اپنے گھر میں وضو کرتا ہے اور فرض نماز ادا کرنے کی خاطر مسجد کی طرف چل کر جاتا ہے تو اس کے ایک ایک قدم پر اس کی ایک غلطی مٹا دی جاتی ہے، اور دوسرے پر اس کا ایک درجہ بلند کر دیا جاتا ہے۔''[۸]

② وضو سے پہلے بِسْمِ اللہ پڑھنا

③ وضو کے شروع میں اپنی ہتھیلیوں کو تین مرتبہ دھونا

④ چہرہ دھونے سے پہلے کلی کرنا اور ناک میں پانی چڑھانا

⑤ بائیں ہاتھ کے ساتھ ناک جھاڑنا۔ ایک حدیث میں ہے کہ
''آپ ﷺ نے پہلے اپنی ہتھیلیوں کو تین مرتبہ دھویا، پھر کلی کی، پھر ناک میں پانی چڑھایا اور اسے جھاڑا، پھر اپنا چہرہ تین مرتبہ دھویا۔''[۹]

⑥ کلی کرنے اور ناک میں پانی چڑھانے میں مبالغہ کرنا (پورے منہ میں پانی گھمانا اور ناک کے آخری حصے تک پانی پہنچانا)

---

⑧ صحیح مسلم: ۲۶٦ ⑨ صحیح بخاری: ۱٦۴ و صحیح مسلم ۲۲٦

فرمانِ نبوی ﷺ ہے:

''...ناک میں پانی چڑھانے میں مبالغہ کیا کرو، اِلا یہ کہ تم روزہ دار ہو۔'' ⑩

⑦ **ایک ہی چلو سے کلی کرنا اور ناک میں پانی چڑھانا:** حدیث ہے کہ

''رسول اللہ ﷺ نے دائیں ہتھیلی میں پانی بھرا اور ایک ہی چلو سے کلی کی اور ناک میں پانی چڑھایا۔'' ⑪

⑧ **کلی کے وقت مسواک کرنا:** رسول اللہ ﷺ کا فرمان ہے کہ

''اگر مجھے اُمت کی مشقت کا خوف نہ ہوتا تو میں اُنھیں ہر وضو کے وقت مسواک کرنے کا حکم دیتا۔'' ⑫

⑨ **چہرہ دھوتے ہوئے گھنی داڑھی کا خلال کرنا:** حدیث میں ہے کہ

''رسول اللہ ﷺ وضو کے دوران اپنی داڑھی کا خلال کیا کرتے تھے۔'' ⑬

⑩ **مسنون کیفیت کے مطابق مسح کرنا:** رسول اللہ ﷺ اپنے دونوں ہاتھوں کو سر کے شروع سے گدی تک لے جاتے، پھر اُنھیں اسی طرح سر کے شروع تک واپس لے آتے۔ ⑭

یاد رہے کہ مسح اگر مسنون کیفیت کو چھوڑ کر کسی اور کیفیت سے کیا جائے

---

⑩ سنن ابو داود: ۲۳۶۶ 'صحیح' ⑪ صحیح بخاری: ۱۹۱ و صحیح مسلم: ۲۳۵

⑫ مسند احمد: ۲/ ۲۵۸ ⑬ سنن ترمذی: ۳۱ 'صحیح' ⑭ صحیح بخاری: ۱۹۲ و صحیح مسلم: ۲۳۵

تو اس سے فرض تو پورا ہو جاتا ہے، لیکن سنت پر عمل نہیں ہوتا۔

⑪ **ہاتھ پاؤں کی انگلیوں کا خلال کرنا:** رسول اللہ ﷺ نے فرمایا

"مکمل وضو کیا کرو اور اُنگلیوں کے درمیان خلال کیا کرو"۔ ⑮

⑫ **ہاتھ پاؤں دھوتے ہوئے پہلے دائیں ہاتھ پاؤں کو دھونا:** حدیث ہے

"رسول اللہ ﷺ کو دائیں طرف پسند تھی، جوتا پہنتے ہوئے اور طہارت میں۔" ⑯

⑬ چہرہ، ہاتھ، بازو اور پاؤں کو ایک سے زیادہ (تین مرتبہ تک) دھونا

⑭ پانی بہاتے ہوئے اعضاے وضو کو ملنا

⑮ **حسبِ ضرورت پانی استعمال کرنا:** حدیث میں ہے کہ رسول اللہ ﷺ ایک مُدّ (تقریباً نصف لیٹر) پانی سے وضو کیا کرتے تھے۔ ⑰

⑯ **بازو اور پاؤں دھوتے ہوئے مبالغہ کرنا:** ایک حدیث میں ہے کہ

"حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ جب وضو کرتے تو اپنے بازوؤں کو کندھوں تک اور اپنے پاؤں کو پنڈلیوں تک دھوتے، اور پھر کہتے: "میں نے رسول اللہ ﷺ کو اسی طرح وضو کرتے ہوئے دیکھا تھا۔" ⑱

---

⑮ سنن ترمذی: ۷۸۸ 'صحیح'

⑯ صحیح بخاری: ۱۶۸ و صحیح مسلم: ۲۶۸

⑰ صحیح بخاری: ۲۰۱ و صحیح مسلم: ۳۲۵

⑱ صحیح مسلم: ۲۴۶

⑰ مکمل وضو کرنا اور ہر عضو کو اچھی طرح دھونا

⑱ وضو کے بعد یہ دعا پڑھنا

«اَشْهَدُ اَنْ لَّا اِلٰهَ اِلَّا اللهُ وَحْدَهٗ لَا شَرِيْكَ لَهٗ وَ اَشْهَدُ اَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهٗ وَرَسُوْلُهٗ»

''میں گواہی دیتا ہوں کہ اللہ کے سوا کوئی معبود برحق نہیں، وہ اکیلا ہے، اس کا کوئی شریک نہیں، اور میں گواہی دیتا ہوں کہ محمد (ﷺ) اس کے بندے اور اس کے رسول ہیں۔''

اس دعا کے پڑھنے کی فضیلت یہ ہے کہ اسے پڑھنے والے کے لیے جنت کے آٹھوں دروازے کھول دیے جاتے ہیں، وہ جس میں سے چاہے جنت میں داخل ہو جائے۔⑲

⑲ وضو کے بعد دو رکعت نماز ادا کرنا: رسول اللہ ﷺ کا ارشاد ہے:

''جو شخص میرے وضو کی طرح وضو کرے، پھر دو رکعات نماز اس طرح ادا کرے کہ اس میں دنیاوی خیالات سے بچا رہے تو اس کے پچھلے گناہ معاف کر دیے جاتے ہیں۔''⑳

☜ مسلمان دن اور رات میں کئی مرتبہ وضو کرتا ہے، اور اگر ہر مرتبہ وہ

---

⑲ صحیح مسلم: ۲۳۴

⑳ صحیح بخاری: ۱۶۰ و صحیح مسلم: ۲۲۶، ۲۳۴

ان مذکورہ سنتوں کا خیال رکھے تو یقینی طور پر بہت زیادہ اجروثواب حاصل کرسکتا ہے۔

ان سنتوں کے مطابق وضو کرنے سے کتنا ثواب ملتا ہے، اس کا اندازہ درج ذیل دو حدیثوں سے کیا جا سکتا ہے:

۱. ''جو شخص اچھی طرح وضو کرے، اس کے گناہ اس کے جسم سے، حتیٰ کہ اس کے ناخنوں کے نیچے سے نکل جاتے ہیں۔''[۲۱]

۲. ''تم میں سے جو شخص اچھی طرح وضو کرے، پھر دو رکعت نماز پوری توجہ کے ساتھ ادا کرے تو اس کے لیے جنت واجب ہو جاتی ہے اور اس کی مغفرت کردی جاتی ہے۔''[۲۲]

---

[۲۱] صحیح مسلم: ۲۴۵ [۲۲] مسند احمد: ۱۶۸۶۳

مسواک

مسلمان کو دن اور رات میں کئی مرتبہ مسواک کرنا چاہیے۔ رسول اللہ ﷺ کا ارشاد ہے:

”اگر مجھے اپنی اُمت کی مشقت کا اندیشہ نہ ہوتا تو میں انھیں ہر نماز کے وقت مسواک کرنے کا حکم دیتا۔“ (۴۲)

اور دن اور رات میں مجموعی طور پر بیس سے زیادہ مرتبہ مسواک کیا جا سکتا ہے: پانچ نمازوں کے وقت، فرض نماز سے پہلے اور بعد والی سنتوں کے وقت، چاشت کی نماز کے وقت، نمازِ وتر کے وقت، قراءتِ قرآن کے وقت، منہ میں بدبو پیدا ہو جانے کے بعد، نیند سے بیدار ہونے کے بعد، ہر وضو کے وقت، اور گھر میں داخل ہوتے وقت۔

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کہتی ہیں کہ

”آپ ﷺ گھر میں داخل ہونے کے بعد سب سے پہلے مسواک کیا کرتے تھے۔“ (۴۳)

---

(۴۲) صحیح بخاری: ۸۸۷ و صحیح مسلم: ۲۵۲

(۴۳) صحیح مسلم: ۲۵۳

اور آپ ﷺ کا فرمان ہے:

''مسواک سے منہ پاک ہوتا ہے اور رضائے الٰہی نصیب ہوتی ہے۔''[۲۵]

جدید طب میں بھی یہ بات ثابت ہو چکی ہے کہ مسواک دانتوں اور مسوڑھوں کے لیے انتہائی مفید ہے، کیونکہ اس میں درج ذیل مواد پائے جاتے ہیں:

۱. جراثیم کو ختم کرنے والے مواد
۲. پاک کرنے والا مواد
۳. دانتوں کو صاف کرنے والے مواد
۴. منہ میں خوشبو پیدا کرنے والے مواد

---

[۲۵] مسند احمد: ج۱/ص۳

جوتا پہننے کی سنتیں

اِرشادِ نبوی ﷺ ہے:

”تم میں سے کوئی شخص جب جوتا پہننے لگے تو سب سے پہلے دایاں پاؤں جوتے میں ڈالے، اور جب اُتارنے لگے تو سب سے پہلے بایاں پاؤں جوتے سے باہر نکالے۔ اور یا تو دونوں جوتے پہنے یا پھر دونوں کو اُتار دے۔“①

مسلمان دن اور رات میں کئی مرتبہ جوتا پہنتا اور اُتارتا ہے، مثلاً مسجد میں جاتے ہوئے اور اس سے باہر نکلتے ہوئے، حمام میں جاتے ہوئے اور اس سے باہر آتے ہوئے، اور کسی کام کے لیے گھر سے باہر جاتے ہوئے اور اس میں واپس آتے ہوئے، سو ہر مرتبہ اسے اس حدیث میں مذکورہ سنتوں پر عمل کرنا چاہیے۔

---

① صحیح مسلم: ۲۰۹۷

لباس پہننے کی سنتیں

جن کاموں کو تقریباً سارے لوگ دن اور رات میں کئی مرتبہ کرتے ہیں، ان میں سے ایک لباس پہننا اور اُتارنا ہے۔لباس کو اتارنے اور پہننے کے کئی مقاصد ہو سکتے ہیں، مثلاً غسل کے لئے لباس اُتارنا اور اس کے بعد پہننا، نیند کے لیے ایک لباس اُتارنا اور دوسرا پہننا، بیدار ہونے کے بعد نیند کا لباس اُتارنا اور دوسرا لباس زیبِ تن کرنا، تو ہر مرتبہ لباس پہننے اور اُتارنے کی مندرجہ ذیل سنتوں کا خیال رکھنا چاہیے:

① بِسْمِ اللهِ پڑھنا، چاہے لباس اُتارنا ہو یا پہننا ہو، امام نوویؒ کا کہنا ہے کہ ”تمام کاموں میں بِسْمِ اللهِ کا پڑھنا مستحب ہے۔“

② رسول اکرم ﷺ جب کوئی بھی کپڑا (قمیص، چادر یا پگڑی وغیرہ) پہنتے تو یہ دعا پڑھتے:

« اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَسْاَلُكَ مِنْ خَيْرِهٖ وَخَيْرِ مَا صُنِعَ لَهٗ، وَاَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّهٖ وَشَرِّ مَا صُنِعَ لَهٗ » ②

---

② سنن ابو داود: ۴۰۲۰ 'صحیح'

''اے اللہ! میں اس (لباس) کی بھلائی کا اور جس کے لیے یہ ہے، اس کی بھلائی کا آپ سے سوال کرتا ہوں۔ اور میں اس کی برائی سے اور جس کے لیے یہ ہے، اس کی برائی سے آپ کی پناہ چاہتا ہوں۔''

③ لباس پہلے دائیں طرف سے پہنے۔ اِرشادِ نبویؐ ہے:

''تم جب بھی لباس پہنو، دائیں طرف سے شروع کیا کرو۔''③

④ اور لباس اُتارتے ہوئے پہلے بائیں، پھر دائیں طرف سے اُتارے۔

③ سنن ابوداود: ۴۱۴۱، صحیح،

گھر میں داخل ہونے اور نکلنے کی سنتیں

امام نوویؒ کا کہنا ہے:

''گھر میں داخل ہوتے وقت بسم اللہ کا پڑھنا، اللہ کا ذکر کرنا اور گھر والوں کو سلام کہنا سنت ہے۔''

① **گھر میں داخل ہوتے وقت اللہ کا ذِکر کرنا:** ارشادِ نبویؐ ہے

''کوئی شخص گھر میں داخل ہوتے وقت اور کھانا کھاتے وقت اللہ کا ذکر کرے تو شیطان (اپنے ساتھیوں سے) کہتا ہے: اب تم اس گھر میں نہ رہ سکتے ہو اور نہ تمہارے لئے یہاں پر کھانا ہے۔''④

② **گھر میں داخل ہونے کی دعا پڑھنا**

«اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَسْأَلُكَ خَیْرَ الْمَوْلَجِ وَخَیْرَ الْمَخْرَجِ بِسْمِ اللّٰہِ وَلَجْنَا وَبِسْمِ اللّٰہِ خَرَجْنَا وَعَلَی اللّٰہِ رَبِّنَا تَوَکَّلْنَا» ⑤

''اے اللہ! میں آپ سے گھر کے اندر اور گھر سے باہر خیر کا سوال کرتا ہوں، اللہ کے نام کے ساتھ ہم داخل ہوئے، اور اللہ کے نام کے ساتھ

---

④ صحیح مسلم: ۲۰۱۸ ⑤ سنن ابو داود: ۵۰۹۶

ہم نکلے، اور اللہ اپنے ربّ پر ہم نے توکل کیا۔"

تو یہ دعا پڑھ کر گویا کہ مسلمان گھر میں داخل ہوتے ہوئے اور اس سے نکلتے ہوئے ہمیشہ اللہ پر توکل کا اظہار کرتا ہے اور ہر دم اس سے اپنا تعلق مضبوط بناتا ہے۔

③ **مسواک کرنا:** سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا کا کہنا ہے کہ "رسول اللہ ﷺ جب بھی گھر میں داخل ہوتے تو سب سے پہلے مسواک کرتے۔"[٦]

④ **گھر والوں کو سلام کہنا**

فرمانِ الٰہی ہے: ﴿فَاِذَا دَخَلْتُمْ بُیُوْتًا فَسَلِّمُوْا عَلٰٓی اَنْفُسِکُمْ تَحِیَّةً مِّنْ عِنْدِ اللّٰهِ مُبٰرَکَةً طَیِّبَةً﴾ (سورۃ النور:٦١)

"پس جب تم گھروں میں داخل ہونے لگو تو اپنے گھر والوں کو سلام کہا کرو، (سلام) اللہ تعالیٰ کی طرف سے نازل شدہ دعائے خیر ہے جو بابرکت اور پاکیزہ ہے۔"

اور اگر مسلمان ہر فرض نماز مسجد میں ادا کرتا ہو اور اس کے بعد اپنے گھر میں واپس آتا ہو تو ہر مرتبہ اگر وہ ان مذکورہ سنتوں پر عمل کرلے تو گویا دن اور رات میں صرف گھر میں داخل ہوتے وقت وہ بیس سنتوں پر عمل کرے گا۔

---

⑥ صحیح مسلم: ٢٥٣

⑤ گھر سے نکلنے کی دعا

«بِسْمِ اللهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللهِ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللهِ»

''اللہ کے نام کے ساتھ میں نے اللہ پر بھروسہ کیا، اور اللہ کی مدد کے بغیر نہ کسی گناہ سے بچنے کی طاقت ہے، نہ نیکی کرنے کی۔''

اس دعا کی فضیلت یہ ہے کہ

''انسان جب یہ دعا پڑھ لیتا ہے تو اسے کہا جاتا ہے:

تجھے اللہ کافی ہے اور تجھے شر سے بچا لیا گیا ہے،

اور تیری راہنمائی کر دی گئی ہے۔

اور شیطان اس سے کنی کترا جاتا ہے۔'' ⑦

چنانچہ جب بھی انسان گھر سے باہر جانے لگے، خواہ نماز پڑھنے کے لئے، یا اپنے کام کے لئے، یا گھر کے کسی کام کے لئے، تو ہر مرتبہ اس دعا کو پڑھ لے تا کہ مندرجہ بالا بھلائیاں اسے نصیب ہو سکیں۔

---

⑦ سنن ابو داود: ۵۰۹۵ 'صحیح'

مسجد میں جانے کی سنتیں

① مسجد میں جانے کے لیے جلدی کرنا: اِرشادِ نبویؐ ہے

"اگر لوگوں کو معلوم ہو جائے کہ اذان اور پہلی صف میں کتنا اجر ہے، پھر اس کے لیے اُنھیں قرعہ اندازی کرنی پڑے تو وہ قرعہ اندازی کر گزریں، اور اگر اُنھیں پتہ چل جائے کہ نماز کے لیے جلدی جانے میں کتنا ثواب ہے تو وہ ایک دوسرے سے سبقت لے جانے کی کوشش کریں، اور اگر اُنھیں خبر لگ جائے کہ عشا اور فجر کی نمازوں میں کتنا اجر وثواب ہے تو وہ ہر حال میں ان نمازوں کو ادا کرنے کے لیے آئیں اگرچہ اُنھیں گھٹنوں کے بل ہی کیوں نہ آنا پڑے۔"[۸]

② مسجد کی طرف جانے کی دعا پڑھنا

«اَللّٰهُمَّ اجْعَلْ فِيْ قَلْبِي نُوْرًا، وَّفِيْ لِسَانِيْ نُوْرًا، وَاجْعَلْ فِيْ سَمْعِيْ نُوْرًا، وَاجْعَلْ فِيْ بَصَرِيْ نُوْرًا، وَاجْعَلْ مِنْ خَلْفِيْ نُوْرًا وَمِنْ اَمَامِيْ نُوْرًا، وَاجْعَلْ مِنْ فَوْقِيْ نُوْرًا وَمِنْ تَحْتِيْ نُوْرًا، اَللّٰهُمَّ اَعْطِنِيْ نُوْرًا»[۹]

---

⑧ صحیح بخاری: ۶۱۵ و صحیح مسلم: ۴۳۷ ⑨ صحیح مسلم: ۷۶۳

''اے اللہ! میرے دل میں، میری زبان میں، میرے کانوں میں، میری نظر میں، میرے پیچھے، میرے آگے، میرے اوپر اور میرے نیچے نور کر دے، اور مجھے نور عطا فرما۔''

③ **سکون اور وقار کے ساتھ چلنا:** ارشاد نبویؐ ہے

''جب تم اقامت سن لو تو نماز کی طرف جاؤ۔ اور تم پر سکون اور وقار لازم ہے۔''⑩

سکون سے مراد: حرکات میں ٹھہراؤ پیدا کرنا اور بے ہودگی سے بچنا

وقار سے مراد: نظر کو جھکانا، آواز کو پست رکھنا اور اِدھر اُدھر نہ دیکھنا

④ **مسجد کی طرف چل کر جانا:** فقہا نے لکھا ہے کہ مسجد کی طرف جاتے ہوئے چھوٹے چھوٹے قدم اُٹھاتے ہوئے آہستہ آہستہ چلنا چاہیے اور جلدی نہیں کرنی چاہیے تا کہ زیادہ سے زیادہ نیکیاں حاصل ہوں، اس کی دلیل رسول اللہ ﷺ کا یہ فرمان ہے:

''کیا میں تمہیں وہ چیز نہ بتاؤں جس کے ساتھ اللہ تعالیٰ گناہوں کو مٹاتا اور درجات کو بلند کرتا ہے؟ صحابہ کرام رضی اللہ عنہم نے عرض کیا: کیوں نہیں، اے اللہ کے رسول! تو آپ ﷺ نے کئی چیزیں ذکر فرمائیں، ان میں

---

⑩ صحیح بخاری: ٦٣٦، صحیح مسلم: ٦٠٢

سے ایک یہ تھی: مسجدوں کی طرف زیادہ قدم اُٹھانا۔''[11]

⑤ مسجد میں داخل ہونے کی دعا پڑھنا

درود شریف پڑھنے کے بعد یہ دعا پڑھیں:

«اَللّٰھُمَّ افْتَحْ لِیْ اَبْوَابَ رَحْمَتِكَ» [12]

''اے اللہ! میرے لئے اپنی رحمت کے دروازے کھول دے۔''

⑥ مسجد میں داخل ہوتے ہوئے پہلے دایاں پاؤں اندر رکھنا: حضرت انس رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ کی سنتوں میں سے ایک سنت یہ ہے کہ ''جب تم مسجد میں داخل ہونے لگو تو پہلے دایاں پاؤں اندر رکھو، اور باہر نکلنے لگو تو پہلے بایاں پاؤں باہر رکھو۔''[13]

⑦ پہلی صف کے لئے آگے بڑھنا: رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

''اگر لوگوں کو معلوم ہو جائے کہ اذان اور پہلی صف میں کتنا اجر ہے، پھر اس کیلئے انہیں قرعہ اندازی کرنی پڑے تو وہ قرعہ اندازی کر گزریں۔''[14]

⑧ تحیۃ المسجد پڑھنا: ارشادِ نبوی ﷺ ہے:

''تم میں سے کوئی شخص جب مسجد میں داخل ہو تو اس وقت تک نہ بیٹھے

---

⑪ صحیح مسلم: ۲۵۱ ⑫ سنن ابو داود: ۴۶۵، صحیح

⑬ مستدرک حاکم: ۷۴۸، سنن کبریٰ بیہقی: ۲/۴۴۲ ⑭ صحیح بخاری: ۶۱۵ و صحیح مسلم: ۴۳۷

جب تک دو رکعات نماز ادا نہ کر لے۔''[15]

امام شافعیؒ کا کہنا ہے کہ تحیۃ المسجد تمام اوقات میں، حتیٰ کہ ممنوعہ اوقات میں بھی مشروع ہے۔ اور حافظ ابن حجرؒ کہتے ہیں کہ تمام اہل فتویٰ کا اجماع ہے کہ تحیۃ المسجد سنت یعنی مستحب ہے۔

(۹) مسجد سے نکلنے کی دعا پڑھنا

درود شریف پڑھنے کے بعد یہ دعا پڑھیں:

«اَللّٰھُمَّ إِنِّیْ اَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ» [16]

''اے اللہ! میں آپ سے آپ کے فضل کا سوال کرتا ہوں۔''

(۱۰) مسجد سے نکلتے ہوئے پہلے بایاں پاؤں باہر رکھنا

(اس کی دلیل پیچھے نکتہ نمبر ۶ کے تحت گزر چکی ہے)

تو یہ ہیں مسجد کی سنتیں، اور یہ بات ہر ایک کو معلوم ہے کہ دن اور رات میں پانچ نمازیں فرض ہیں، اگر مسلمان ہر نماز کے وقت مسجد کی ان دس سنتوں پر عمل کرلے تو وہ اس طرح پچاس سنتوں پر عمل کرنے کا ثواب حاصل کر سکتا ہے۔

---

(۱۵) صحیح بخاری: ۱۱۶۷ و صحیح مسلم: ۷۱۴

(۱۶) صحیح مسلم: ۷۱۳، سنن نسائی: ۷۲۹ صحیح،

اذان کی سنتیں

اذان کی پانچ سنتیں ہیں جیسا کہ امام ابن قیمؒ نے زاد المعاد میں ذکر کیا ہے، اور وہ یہ ہیں:

① اذان کا جواب دینا: چنانچہ سننے والا وہی الفاظ کہے جو مؤذن کہے، سوائے حَيَّ عَلَى الصَّلَاةِ اور حَيَّ عَلَى الْفَلَاحِ کے کہ ان کے جواب میں لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللهِ کہنا ہوگا۔[١٧]

اس کی فضیلت یہ ہے کہ ایسا پڑھنے والے کے لیے جنت واجب ہو جاتی ہے۔[١٨]

② اذان کے بعد اس دعا کا پڑھنا

«وَأَنَا أَشْهَدُ أَنْ لَّا إِلٰهَ إِلَّا اللهُ وَأَنَّ مُحَمَّدًا رَّسُولُ اللهِ رَضِيتُ بِاللهِ رَبًّا وَّ بِالْإِسْلَامِ دِيْنًا وَّ بِمُحَمَّدٍ رَّسُولًا»[١٩]

---

[١٧] صحیح بخاری: ٦١٢ و صحیح مسلم: ٣٨٥
[١٨] صحیح مسلم: ٣٨٥
[١٩] صحیح مسلم: ٣٨٦

”میں گواہی دیتا ہوں کہ اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں اور محمد ﷺ اللہ کے رسول ہیں۔ میں اللہ کو ربّ اور محمد ﷺ کو رسول مان کر اور اسلام کو دین تسلیم کر کے راضی ہو گیا۔“

اس دعا کی فضیلت یہ ہے کہ پڑھنے والے کے گناہ معاف کر دیے جاتے ہیں۔

③ **اذان کے بعد درود شریف پڑھنا:** یاد رہے کہ سب سے افضل درود درودِ ابراہیمی ہے جو نماز میں پڑھا جاتا ہے۔ ارشادِ نبویؐ ہے:

”جب تم مؤذّن کو سنو تو تم بھی اسی طرح کہو جیسے وہ کہتا ہے، پھر مجھ پر درود پڑھو، کیونکہ جو شخص مجھ پر ایک مرتبہ درود بھیجتا ہے، اللہ تعالیٰ اس پر دس مرتبہ رحمتیں بھیجتا ہے (یا دس مرتبہ اس کی تعریف کرتا ہے)“[20]

④ **درود شریف پڑھنے کے بعد درج ذیل دعا کا پڑھنا**

«اَللّٰهُمَّ رَبَّ هٰذِهِ الدَّعْوَةِ التَّآمَّةِ وَالصَّلَاةِ الْقَآئِمَةِ آتِ مُحَمَّدَانِ الْوَسِيْلَةَ وَالْفَضِيْلَةَ وَابْعَثْهُ مَقَامًا مَّحْمُوْدًا الَّذِيْ وَعَدْتَّهُ »[21]

”اس مکمل دعوت اور کھڑی ہونے والی نماز کے ربّ! سیدنا محمد ﷺ کو

---

⑳ صحیح مسلم:۳۸۴
㉑ صحیح بخاری:۶۱۴

وسیلہ اور فضیلت عطا فرما، اور اُنہیں اس مقام محمود پر فائز فرما جس کا آپ نے ان سے وعدہ کر رکھا ہے۔"

اور اس دعا کے پڑھنے کا فائدہ یہ ہے کہ پڑھنے والے کے لیے آپ ﷺ کی شفاعت واجب ہو جاتی ہے۔

⑤ اذان کے بعد کی درج بالا دعائیں پڑھنے کے بعد اپنے لئے دعا کرنا اور اللہ تعالیٰ سے اس کا فضل طلب کرنا، کیونکہ یہ قبولیت کا وقت ہوتا ہے۔ اِرشادِ نبویؐ ہے:

"مؤذن جس طرح کہے، اسی طرح کہا کرو۔ پھر اللہ سے سوال کیا کرو، وہ تمہیں عطا کرے گا۔"(۳۴)

☜ درج بالا پانچوں سنتوں پر اگر ہر اذان کے وقت عمل کیا جائے تو یوں دن اور رات میں اذان کی پچیس سنتوں پر عمل ہوسکتا ہے۔

---

(۳۴) سنن ابو داود: ۵۲۴ 'حسن'

اِقامت کی سنتیں

اذان کی پہلی چار سنتیں اقامت کی سنتیں بھی ہیں جیسا کہ سعودی عرب کی 'دائمی فتویٰ کونسل' کا فتویٰ ہے، بنابریں دن اور رات میں اگر ہر اقامت کے وقت ان سنتوں پر بھی عمل کر لیا جائے تو یوں اقامت کی بیس سنتوں پر عمل کر کے اجرِ عظیم حاصل کیا جا سکتا ہے!

سنت یہ ہے کہ اقامت سننے والا بھی اسی طرح کہے جس طرح اقامت کہنے والا کہتا ہے، سوائے حَيَّ عَلَى الصَّلَاةِ اور حَيَّ عَلَى الْفَلَاحِ کے کہ ان میں لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ کہے گا، اور قَدْ قَامَتِ الصَّلَاةُ کے جواب میں بھی قَدْ قَامَتِ الصَّلَاةُ ہی کہے گا، نہ کہ اَقَامَهَا اللّٰهُ وَاَدَامَهَا کیونکہ اس بارے میں جو حدیث ذکر کی جاتی ہے، وہ ضعیف ہے۔" (فتویٰ کونسل، زیر نمبر: ۲۸۰۱)

سترہ کے سامنے نماز ادا کرنا

اِرشادِ نبویؐ ہے:

”تم میں سے کوئی شخص جب نماز پڑھنا چاہے تو سترہ کی طرف ادا کرے اور اس کے قریب ہو جائے، اور اپنے اور اس کے درمیان کسی کو گزرنے نہ دے۔“ (۴۴)

یہ حدیث اس بات کی دلیل ہے کہ ہر نماز سترہ رکھ کر ادا کی جائے، خواہ نمازی مسجد میں ہو یا گھر میں، مرد ہو یا عورت۔ جبکہ کئی نمازی اس سنت پر عمل نہ کرکے اپنے آپ کو اس کے اجر سے محروم کر لیتے ہیں۔ حالانکہ یہ سنت بھی ان سنتوں میں سے ہے جن پر دن اور رات میں کئی مرتبہ عمل ہو سکتا ہے، چنانچہ فرائض سے پہلے اور بعد کی سنتیں، تحیۃ المسجد، نمازِ وتر، نمازِ چاشت اور فرض نمازیں سترہ کے سامنے پڑھ کر انسان ایک ہی سنت پر بار بار عمل کرکے بہت زیادہ اجر وثواب کما سکتا ہے، یاد رہے کہ فرض نمازیں اگر امام کے پیچھے پڑھی جائیں تو امام کا سترہ مقتدیوں کیلئے کافی ہوتا ہے۔

---

(۴۴) سنن ابن ماجہ: ۹۴۴، مصنف ابن ابی شیبہ: ۲۸۷۵، ۱/۳۱۲

سترہ کے چند مسائل

۱. سترہ ہر اس چیز کو کہتے ہیں جسے نمازی قبلہ کی سمت اپنے سامنے کر لے، مثلاً دیوار، ستون، عصا اور کرسی وغیرہ

۲. سترہ کی چوڑائی کی کوئی حد مقرر نہیں البتہ لمبائی (اونچائی) کم از کم ایک بالشت ضرور ہونی چاہیے۔

۳. نمازی کے قدموں اور سترہ میں تقریباً تین ہاتھ کا فاصلہ ہونا چاہئے۔

۴. سترہ امام اور اکیلے دونوں کیلئے مشروع ہے، نماز خواہ فرض ہو یا نفل

۵. امام کا سترہ مقتدیوں کا سترہ بھی ہوتا ہے، لہٰذا ایسی صورت میں ضرورت کے وقت مقتدیوں کے سامنے سے گزرنا جائز ہے۔

سترہ کے فوائد

① اگر نمازی کے سامنے سترہ نہ ہو، اور اس کے سامنے سے کسی عورت یا گدھے یا کالے کتے کا گزر ہو تو اس سے اس کی نماز ٹوٹ جاتی ہے، لیکن اگر سترہ موجود ہو تو ایسا نہیں ہوتا۔

② اگر سترہ موجود ہو تو نمازی کی نظر ایک جگہ پر ٹکی رہتی ہے اور اس سے

نماز میں خشوع پیدا ہوتا ہے، اور اگر سترہ نہ ہو تو نظر اِدھر اُدھر جاتی ہے اور نمازی کی سوچ انتشار کا شکار ہو جاتی ہے۔

③ اگر سترہ موجود ہو تو گزرنے والوں کے لیے آسانی ہو جاتی ہے، ورنہ اگر سترہ نہ ہو تو نمازی ان کے لئے رکاوٹ بنا رہتا ہے۔

دن اور رات کی نفل نمازیں

① فرائض سے پہلے اور بعد کی سنت نماز: ارشادِ نبویؐ ہے

''کوئی بھی مسلمان بندہ جب ہر دن بارہ رکعت نماز نفل اللہ کی رضا کے لیے پڑھتا ہے تو اللہ تعالیٰ اس کیلئے جنت میں ایک گھر بنا دیتا ہے۔''[۴۳]

اور بارہ مسنون رکعات یہ ہیں: چار ظہر سے پہلے اور دو اس کے بعد، دو مغرب کے بعد، دو عشا کے بعد اور دو فجر سے پہلے۔

میرے مسلمان بھائی! کیا آپ کو جنت کا گھر پسند نہیں؟ اگر ہے تو نبی اکرم ﷺ کی مذکورہ نصیحت پر عمل کریں اور دن اور رات میں بارہ رکعات نماز نفل پڑھا کریں۔

② چاشت کی نماز جس کا ایک بہت بڑا فائدہ یہ ہوتا ہے کہ یہ ۳۶۰ صدقات کے برابر ہوتی ہے، جیسا کہ رسولِ اکرم ﷺ کا ارشادِ گرامی ہے کہ ''تم میں سے ہر شخص کے ہر جوڑ پر ہر دن صدقہ کرنا ضروری ہے تو ہر سُبْحَانَ اللهِ صدقہ ہوتا ہے اور ہر اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ صدقہ ہوتا ہے

---

(۴۳) صحیح مسلم: ۷۲۸۔

اور ہر لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ صدقہ ہوتا ہے، اور ہر اَللّٰہُ اَکْبَرُ صدقہ ہوتا ہے، اور نیکی کا ہر حکم صدقہ ہوتا ہے، اور برائی سے روکنا صدقہ ہوتا ہے، اور ان سب سے چاشت کی دو رکعات کافی ہو جاتی ہیں۔''[۲۵]

اور یہ بات معلوم ہے کہ انسان کے جسم میں ۳۶۰ جوڑ ہوتے ہیں، تو ہر جوڑ کی طرف سے ہر روز کم از کم ایک صدقہ شکرانہ کے طور پر کرنا ضروری ہوتا ہے، اور مذکورہ حدیث کے مطابق اگر چاشت کی دو رکعات ادا کر لی جائیں تو ۳۶۰ جوڑوں کی طرف سے صدقہ ادا ہو جاتا ہے۔

اور حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ

''مجھے میرے خلیل ﷺ نے تین باتوں کی وصیت فرمائی تھی: ایک یہ کہ میں ہر ماہ میں تین روزے رکھوں، اور دوسری یہ کہ چاشت کی دو رکعات پڑھوں، اور تیسری یہ کہ وتر کو سونے سے پہلے پڑھا کروں۔''[۲۶]

یاد رہے کہ چاشت کا وقت طلوعِ شمس کے پندرہ منٹ بعد شروع ہوتا ہے اور اذانِ ظہر سے پندرہ منٹ پہلے تک جاری رہتا ہے، اور اس کا افضل وقت وہ ہے جب سورج کی حرارت تیز ہو، اور اس کی کم از کم رکعات دو اور زیادہ سے زیادہ آٹھ ہیں۔

---

[۲۵] صحیح مسلم: ۷۲۰ [۲۶] صحیح بخاری: ۱۱۷۸، صحیح مسلم: ۷۲۱

③ عصر سے پہلے چار رکعات: ارشادِ نبوی ہے

''اس شخص پر اللہ کی رحمت ہو جو عصر سے پہلے چار رکعات پڑھے۔''[27]

④ مغرب سے پہلے دو رکعات: ارشادِ نبوی ہے

(اذان کے بعد) ''مغرب (کی جماعت) سے پہلے نماز پڑھا کرو۔''

آپ ﷺ نے تین بار فرمایا، اور تیسری بار اس کے ساتھ یہ بھی فرمایا:

''جس کا جی چاہے۔''[28]

⑤ عشاء سے پہلے دو رکعات: ارشادِ نبوی ہے

''ہر دو اذانوں کے درمیان نماز ہوتی ہے'' آپ ﷺ نے تین بار فرمایا، اور تیسری مرتبہ اس کے ساتھ یہ بھی فرمایا: ''جس کا جی چاہے۔''[29]

امام نوویؒ کا کہنا ہے کہ دو اذانوں سے مراد اذان اور اقامت ہے۔

---

[27] سنن ترمذی: ۴۳۰، حسن

[28] صحیح بخاری: ۱۱۸۳

[29] صحیح بخاری: ۶۲۷ و صحیح مسلم: ۸۳۸

نوافل کی ادائیگی گھر میں

① ارشادِ نبویؐ ہے:

''بندے کی بہترین نماز وہ ہے جسے وہ گھر میں ادا کرے، سوائے فرض نماز کے۔''①

② نیز فرمایا: ''کسی شخص کی ایک نفل نماز، جسے وہ ایسی جگہ پر ادا کرے جہاں اسے لوگ نہ دیکھ سکتے ہوں، ان ۲۵ نمازوں کے برابر ہوتی ہے جنہیں وہ لوگوں کے سامنے ادا کرے۔''②

③ اسی طرح آپ ﷺ کا فرمان ہے: ''انسان جو نماز گھر میں ادا کرے اس کی فضیلت لوگوں کے سامنے پڑھی گئی نماز پر ایسے ہے جیسے فرض نماز کی نفل نماز پر۔''③

مذکورہ بالا احادیث کی بنا پر نفل نمازوں کو گھر میں پڑھنا چاہیے، چاہے وہ فرائض کی سنتیں ہوں یا چاشت کی نماز ہو، یا نمازِ وتر ہو یا کوئی اور نفل

---

① صحیح بخاری:۲۱۱۳، صحیح مسلم:۷۸۱ ② صحیح الجامع الصغیر:۳۸۲۱

③ ایضاً:۴۲۱۷

نماز ہوتا کہ زیادہ سے زیادہ ثواب حاصل ہو سکے۔

گھر میں نوافل کی ادائیگی سے درج ذیل فوائد حاصل ہوتے ہیں:

۱. اس سے نماز میں خشوع زیادہ ہوتا ہے، اور انسان ریا کاری سے دور رہتا ہے۔

۲. گھر میں نماز پڑھنے سے گھر سے شیطان نکل جاتا ہے، اور اس گھر میں اللہ کی رحمت کا نزول ہوتا ہے۔

۳. نوافل کو گھر میں ادا کرنے سے ان کا ثواب کئی گنا بڑھ جاتا ہے، جیسا کہ فرض نماز کا ثواب مسجد میں باجماعت ادا کرنے سے کئی گنا زیادہ ہو جاتا ہے۔

قیام اللیل کی سنتیں

ارشادِ نبویؐ ہے:

"رمضان کے بعد محرم کے روزے سب سے افضل روزے ہیں جو کہ اللہ کا مہینہ ہے اور فرض نماز کے بعد رات کے نوافل سب سے افضل نماز ہے۔"④

① رات کی نفل نماز کی سب سے افضل تعداد گیارہ یا تیرہ رکعات ہے، بشرطیکہ ان میں قیام لمبا ہو، ایک حدیث میں ہے کہ

"رسول اکرم ﷺ رات کو گیارہ رکعات پڑھتے تھے، اور دوسری حدیث میں ہے کہ تیرہ رکعات پڑھتے تھے۔"⑤

② کوئی انسان جب رات کی نفل نماز کیلئے بیدار ہو تو اس کیلئے مسواک اور

سورۂ آلِ عمران کی آیت ۱۹۰ ﴿اِنَّ فِیۡ خَلۡقِ السَّمٰوٰتِ وَالۡاَرۡضِ وَاخۡتِلَافِ الَّيۡلِ وَالنَّهَارِ لَاٰيٰتٍ لِّاُولِى الۡاَلۡبَابِ﴾ سے لے کر اس سورت کے آخر تک پڑھنا مسنون ہے۔

---

④ صحیح مسلم: ۱۱۶۳ ⑤ صحیح بخاری: ۹۹۴، ۱۱۶۴

③ اور درج ذیل دعا پڑھنا بھی آپ ﷺ سے ثابت ہے:

«اَللّٰھُمَّ لَکَ الْحَمْدُ اَنْتَ قَیِّمُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَمَنْ فِیْھِنَّ، وَلَکَ الْحَمْدُ لَکَ مُلْکُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَمَنْ فِیْھِنَّ، وَلَکَ الْحَمْدُ اَنْتَ نُوْرُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَلَکَ الْحَمْدُ اَنْتَ مَلِکُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ، وَلَکَ الْحَمْدُ اَنْتَ الْحَقُّ وَ وَعْدُکَ الْحَقُّ وَلِقَاؤُکَ حَقٌّ، وَقَوْلُکَ حَقٌّ وَالْجَنَّةُ حَقٌّ وَالنَّارُ حَقٌّ وَالنَّبِیُّوْنَ حَقٌّ» ⑥

”اے اللہ! تمام تعریفیں تیرے لئے ہیں، تو ہی آسمانوں اور زمین اور جو کچھ ان میں ہے سب کو قائم رکھنے والا ہے۔ اور تمام تعریفیں تیرے لئے ہیں، تو ہی آسمانوں اور زمین اور جو کچھ ان میں ہے سب کا نور ہے، اور تمام تعریفیں تیرے لئے ہیں، تو ہی آسمانوں اور زمین کا بادشاہ ہے، اور تمام تعریفیں تیرے لئے ہیں، تو برحق ہے اور تیرا وعدہ، تیری ملاقات، تیرا فرمان، جنت ودوزخ برحق ہیں اور تمام نبی برحق ہیں۔“

⑥ صحیح بخاری: ۱۱۲۰ و صحیح مسلم: ۷۶۹

④ رات کی نفل نماز کی سنتوں میں سے ایک سنت یہ بھی ہے کہ اس کا آغاز دو ہلکی پھلکی رکعات سے کیا جائے تاکہ انسان بعد کی لمبی نماز کے لیے تیار ہو جائے، ارشادِ نبویؐ ہے:

''تم میں سے کوئی شخص جب رات کے قیام کے لیے کھڑا ہو تو دو ہلکی پھلکی رکعات سے نماز کا افتتاح کرے۔''⑦

⑤ رات کی نفل نماز کا افتتاح درج ذیل دعا سے کرنا: رسول اللہ ﷺ کا معمول تھا کہ اس موقعہ پر آپ یہ دعا پڑھا کرتے:

«اَللّٰهُمَّ رَبَّ جِبْرِيْلَ وَمِيْكَائِيْلَ وَاِسْرَافِيْلَ، فَاطِرَ السَّمٰوٰتِ وَالْأَرْضِ، عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ، اَنْتَ تَحْكُمُ بَيْنَ عِبَادِكَ فِيْمَا كَانُوْا فِيْهِ يَخْتَلِفُوْنَ. اِهْدِنِيْ لِمَا اخْتُلِفَ فِيْهِ مِنَ الْحَقِّ بِاِذْنِكَ، اِنَّكَ تَهْدِيْ مَنْ تَشَاءُ اِلٰى صِرَاطٍ مُّسْتَقِيْمٍ»⑧

''اے اللہ! اے جبریل، میکائیل اور اسرافیل کے ربّ! اے آسمانوں اور زمین کو پیدا کرنیوالے! اے غیب اور حاضر کو جاننے والے! تو اپنے بندوں کے درمیان پیدا ہونیوالے اختلاف میں فیصلہ کرتا ہے۔ مجھے

---

⑦ صحیح مسلم: ۷۶۸ ⑧ صحیح مسلم: ۷۷۰

اپنے حکم سے ان اختلافی باتوں میں حق کی طرف ہدایت دے، بے شک تو ہی جس کی تو چاہے، صراطِ مستقیم کی طرف راہنمائی کرنے والا ہے۔"

⑥ رات کی نفل نماز کو لمبا کرنا سنت ہے، رسولِ اکرم ﷺ سے سوال کیا گیا کہ کونسی نماز افضل ہے؟ تو آپ ﷺ نے فرمایا:

"جس میں لمبا قیام کیا جائے۔"⑨

⑦ نفل نماز میں قراءتِ قرآن کے دوران آیاتِ عذاب کو پڑھتے ہوئے اللہ کی پناہ طلب کرنا، مثلاً یوں کہنا: اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُ بِكَ مِنْ عَذَابِكَ، اور آیاتِ رحمت کو پڑھتے ہوئے اللہ کی رحمت کا سوال کرنا مثلاً یوں کہنا: اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَسْاَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ، اور جن آیات میں اللہ کی پاکیزگی بیان کی گئی ہو، ان کو پڑھتے ہوئے سُبْحَانَ اللّٰه کہنا سنت ہے۔ ایک حدیث میں ہے:

"آپ ﷺ ٹھہر ٹھہر کر پڑھتے تھے، اور جب کسی ایسی آیت سے گزرتے جس میں تسبیح ہوتی، وہاں تسبیح پڑھتے، اور جس میں اللہ سے سوال کرنے کا ذکر ہوتا، وہاں اس سے سوال کرتے اور جس میں عذاب کا ذکر آتا، وہاں اللہ کی پناہ طلب کرتے۔"⑩

---

⑨ صحیح مسلم: ٧٥٦ ⑩ صحیح مسلم: ٧٧٢

قیام اللیل کے لیے معاون اسباب

۱.دعا کرنا، ۲.رات کو جلدی سونا، ۳.دوپہر کو قیلولہ کرنا، ۴.گناہوں سے پرہیز کرنا اور ۵.نفسانی خواہشات کے خلاف جہاد کرنا

وتر کی سنتیں

① تین وتر پڑھنے والے شخص کے لیے پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۃ الأعلیٰ، دوسری میں سورۃ الکافرون اور تیسری میں سورۃ الإخلاص پڑھنا مسنون ہے۔[11]

② نمازِ وتر سے سلام پھیرنے کے بعد تین مرتبہ سُبْحٰنَ الْمَلِكِ الْقُدُّوسِ پڑھنا اور تیسری مرتبہ اس دعا کے ساتھ رَبُّ الْمَلَائِكَةِ وَالرُّوحِ کا اونچی آواز میں پڑھنا بھی سنت ہے۔[12]

فجر کی سنتیں

① فجر کی سنتوں کو ہلکا پھلکا (مختصر) پڑھنا، حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کہتی ہیں: ”رسول اللہ ﷺ فجر کی اذان اور اقامت کے درمیان دو مختصر رکعات پڑھا کرتے تھے۔“[13]

---

[11] سنن ترمذی: ۴۶۲، صحیح، [12] سنن ابوداود: ۱۴۳۰، صحیح، سنن دار قطنی: ۲/۳۱

② پہلی رکعت میں فاتحہ کے بعد سورۃ البقرۃ کی آیت نمبر ۱۳۶ اور دوسری میں سورۃ آل عمران کی آیت نمبر ۶۴ کا پڑھنا مسنون ہے۔[۱۴]

اور ایک روایت میں پہلی رکعت میں فاتحہ کے بعد الکافرون اور دوسری میں الإخلاص کو ذکر کیا گیا ہے۔[۱۵]

③ سنتیں پڑھنے کے بعد تھوڑی دیر کے لیے دائیں پہلو پر لیٹنا: ایک حدیث میں ہے کہ رسول اللہ ﷺ فجر کی دو سنتیں پڑھنے کے بعد اپنے دائیں پہلو پر لیٹ جایا کرتے تھے۔[۱۶]

سو جو شخص گھر میں فجر کی سنتیں ادا کرے، وہ اس سنت کے اجر و ثواب کو حاصل کرنے کی خاطر اپنے دائیں پہلو پر لیٹ جائے، پھر تھوڑی دیر کے بعد مسجد میں چلا جائے۔

نمازِ فجر کے بعد مسجد میں بیٹھے رہنا

رسول اللہ ﷺ نماز فجر کے بعد اس وقت تک اپنی جگہ پر بیٹھے رہتے جب تک سورج طلوع ہو کر بلند نہ ہو جاتا۔[۱۷]

---

⑬ صحیح بخاری:۶۱۹ — ⑭ صحیح مسلم:۷۲۷

⑮ صحیح مسلم:۷۲۶ — ⑯ صحیح بخاری:۱۱۶۰ — ⑰ صحیح مسلم:۶۷۰

اور اس کی فضیلت، جیسا کہ صحیح حدیث میں موجود ہے، یہ ہے کہ نماز کے بعد اللہ تعالیٰ مسجد ہی میں بیٹھے رہنے والوں کے لیے فرشتوں کو مقرر کر دیتا ہے جو ان کی مغفرت کے لیے دعا کرتے رہتے ہیں۔[18]

نماز کی قولی سنتیں

(1) تکبیر تحریمہ کے بعد دعاے استفتاح کا پڑھنا:

«سُبْحَانَكَ اللّٰهُمَّ وَبِحَمْدِكَ وَتَبَارَكَ اسْمُكَ وَتَعَالٰى جَدُّكَ وَلَا اِلٰهَ غَيْرُكَ»[19]

''اللہ! تو پاک ہے اور اپنی تعریف کے ساتھ ہے اور تیرا نام بابرکت ہے اور تیری بزرگی بلند ہے اور تیرے سوا کوئی معبود نہیں۔''

«اَللّٰهُمَّ بَاعِدْ بَيْنِي وَبَيْنَ خَطَايَايَ كَمَا بَاعَدْتَّ بَيْنَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ، اَللّٰهُمَّ نَقِّنِي مِنَ الْخَطَايَا كَمَا يُنَقَّى الثَّوْبُ الْاَبْيَضُ مِنَ الدَّنَسِ، اَللّٰهُمَّ اغْسِلْ خَطَايَايَ بِالْمَاءِ وَالثَّلْجِ وَالْبَرَدِ»[20]

---

(18) صحیح بخاری: 477 (19) سنن ترمذی: 242 'صحیح'

(20) صحیح بخاری: 744 و صحیح مسلم: 598

"اے اللہ! میرے اور میری غلطیوں کے درمیان اتنی دوری کردے جتنی دوری تو نے مشرق و مغرب کے درمیان کردی ہے۔ اے اللہ! مجھے گناہوں سے اس طرح صاف کردے جس طرح سفید کپڑا میل سے صاف کیا جاتا ہے۔ اے اللہ! میری کوتاہیوں کو پانی، برف اور اَولوں کے ساتھ دھو دے۔"

یاد رہے کہ تکبیر تحریمہ کے بعد استفتاح کی کچھ اور دعائیں بھی رسول اللہ ﷺ سے ثابت ہیں، ان میں سے جو دعا آپ چاہیں پڑھ سکتے ہیں۔

② قراءت سے پہلے اَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْمِ پڑھنا

③ پھر بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ پڑھنا

④ فاتحہ کے بعد آمِین کہنا

⑤ آمِیْن کہنے کے بعد ظہر، عصر، مغرب اور عشا کی پہلی دو رکعتوں میں اور فجر، جمعہ اور ہر نفل نماز کی دونوں رکعات میں کسی اور سورت کی قراءت کرنا۔ یاد رہے کہ مقتدی صرف سری نمازوں میں فاتحہ کے بعد کسی دوسری سورت کی قراءت کرسکتا ہے، البتہ جہری نمازوں میں سورہ فاتحہ کی تلاوت کے بعد اسے امام کی تلاوت پر ہی اکتفا کرنا ہوگا.

⑥ رکوع و سجود میں تسبیحات یعنی سُبْحٰنَ رَبِّیَ الْعَظِیْمِ اور سُبْحٰنَ رَبِّیَ

الْاَعْلٰی کا ایک سے زیادہ مرتبہ پڑھنا، اور نمازی کو صرف انہی تسبیحات پر اکتفا نہیں کرنا چاہیے بلکہ اسے ان کے علاوہ دوسری دعائیں بھی پڑھنی چاہئیں جو کہ رسول اللہ ﷺ سے ثابت ہیں، خاص طور پر سجدہ میں کیونکہ آپ ﷺ کا ارشادِ گرامی ہے:

''بندہ اپنے ربّ کے سب سے زیادہ قریب سجدے کی حالت میں ہوتا ہے، لہٰذا کثرت سے دعا کیا کرو۔'' (۴۱)

⑦ رکوع سے سر اٹھانے کے بعد رَبَّنَا وَلَكَ الْحَمْدُ کہنا یا درج ذیل دعا کا پڑھنا:

«اَللّٰهُمَّ رَبَّنَا لَكَ الْحَمْدُ مِلْءُ السَّمٰوٰتِ وَمِلْءُ الْاَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا، وَمِلْءُ مَا شِئْتَ مِنْ شَيْءٍ بَعْدُ اَهْلَ الثَّنَاءِ وَالْمَجْدِ، اَحَقُّ مَا قَالَ الْعَبْدُ، وَكُلُّنَا لَكَ عَبْدٌ، اَللّٰهُمَّ لَا مَانِعَ لِمَا اَعْطَيْتَ، وَلَا مُعْطِيَ لِمَا مَنَعْتَ، وَلَا يَنْفَعُ ذَا الْجَدِّ مِنْكَ الْجَدُّ» (۴۲)

''اے اللہ! اے ہمارے پروردگار! تمام تعریفیں تیرے لئے ہیں، اتنی تعریفیں جن سے آسمان، زمین اور جو کچھ ان کے درمیان ہے، اور اس

(۴۱) صحیح مسلم: ۴۸۲
(۴۲) صحیح مسلم: ۴۷۷

کے بعد جو چیز تو چاہے، سب بھر جائے۔ اے تعریف اور بزرگی کے لائق! سب سے سچی بات جو بندے نے کہی، اور ہم سب تیرے بندے ہیں، وہ یہ ہے کہ اے اللہ! جو تو دے تو اسے کوئی روکنے والا نہیں، اور جسے تو روک لے تو اسے کوئی دینے والا نہیں، اور کسی بزرگی والے کو اس کی بزرگی تیرے ہاں کوئی فائدہ نہیں پہنچا سکتی۔"

⑧ دو سجدوں کے درمیان رَبِّ اغْفِرْلی ، رَبِّ اغْفِرْ لی پڑھنا

⑨ آخری تشہد میں سلام پھیرنے سے پہلے یہ دعا پڑھنا: «اَللّٰهُمَّ إِنِّی اَعُوْذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ جَهَنَّمَ، وَمِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ وَ مِنْ فِتْنَةِ الْمَحْيَا وَ الْمَمَاتِ وَ مِنْ شَرِّ فِتْنَةِ الْمَسِيْحِ الدَّجَّالِ»[٣٣] "یا اللہ! میں عذابِ جہنم، عذابِ قبر، زندگی اور موت کے فتنے اور مسیح دجال کے فتنے سے تیری پناہ میں آتا ہوں۔"

☜ نماز کی مذکورہ قولی سنتوں میں سے بیشتر سنتیں ایسی ہیں جن پر ہر رکعت میں عمل کیا جا سکتا ہے، چاہے نماز فرض ہو یا نفل، اور اگر فرض اور نفل نمازوں کی ہر رکعت کی مذکورہ سنتوں کو جمع کر لیا جائے تو اندازہ کریں کہ دن اور رات میں کتنی زیادہ سنتوں کا ثواب حاصل کیا جا سکتا ہے!!

---

[٣٣] صحیح مسلم: ٥٨٨

نماز کی عملی سنتیں

① تکبیر تحریمہ کہتے وقت رفع الیدین کرنا

② رکوع میں جاتے ہوئے رفع الیدین کرنا

③ رکوع سے اُٹھ کر رفع الیدین کرنا

④ دو تشہد والی نماز میں تیسری رکعت کے لیے کھڑا ہو کر رفع الیدین کرنا

⑤ رفع الیدین کرتے ہوئے انگلیوں کو ملا کر رکھنا

⑥ رفع الیدین کرتے ہوئے انگلیوں اور ہتھیلیوں کو قبلہ کی سمت سیدھا رکھنا

⑦ رفع الیدین کرتے ہوئے ہاتھوں کو کندھوں کے برابر یا کانوں کی لو تک اُٹھانا

⑧ دونوں ہاتھوں کو سینے پر اس طرح رکھنا کہ دایاں ہاتھ بائیں ہاتھ کے اوپر ہو، یا دائیں ہاتھ سے بائیں ہاتھ کی کلائی کو پکڑا ہوا ہو

⑨ دورانِ قیام جائے سجدہ پر دیکھتے رہنا

⑩ حالتِ قیام میں دونوں پاؤں کے درمیان مناسب فاصلہ رکھنا

⑪ قرآن کو ترتیل کے ساتھ پڑھنا اور دورانِ قراءت اس میں تدبر کرنا

رکوع کی سنتیں

① دونوں گھٹنوں کو اپنے ہاتھوں سے اس طرح پکڑنا کہ انگلیاں کھلی ہوں

② حالتِ رکوع میں پیٹھ کو سیدھا رکھنا

③ اپنے سر کو پیٹھ کے برابر رکھنا، سر پیٹھ سے اوپر ہو، نہ نیچے

④ اپنے بازوؤں کو اپنے پہلوؤں سے دور رکھنا

سجدہ کی سنتیں

① اپنے بازوؤں کو اپنے پہلوؤں سے دور رکھنا

② اور اپنے پیٹ کو اپنی رانوں سے الگ رکھنا

③ اور اپنی رانوں کو اپنی پنڈلیوں سے جدا رکھنا

④ سجدے کی حالت میں اپنے گھٹنوں کے درمیان فاصلہ رکھنا

⑤ اپنے پاؤں کو کھڑا رکھنا

⑥ پاؤں کی انگلیوں کو زمین پر قبلہ رخ رکھنا

⑦ پاؤں کو ملا کر رکھنا

⑧ اپنے ہاتھوں کو کندھوں یا کانوں کے برابر رکھنا

⑨ ہاتھوں کو کھلا رکھنا

⑩ ہاتھوں کی اُنگلیوں کو ملا کر رکھنا

⑪ ہاتھوں کی اُنگلیوں کا رخ قبلہ کی سمت رکھنا

دو سجدوں کے درمیان جلسہ کی سنتیں

① اس جلسہ کی دو کیفیات ہیں:

ایک یہ کہ دونوں پاؤں کو کھڑا کر کے ایڑیوں پر بیٹھنا اور

دوسری یہ کہ دائیں پاؤں کو کھڑا رکھنا اور بائیں پاؤں کو بچھا کر اس پر بیٹھنا

② اس جلسہ میں طوالت کرنا، کیونکہ رسول اللہ ﷺ اس میں اس قدر طوالت کرتے کہ یہ سمجھا جاتا تھا کہ شاید آپ بھول گئے ہیں۔

☜ یاد رہے کہ پہلی اور تیسری رکعت میں دوسرے سجدے کے بعد دوسری اور چوتھی رکعت کے لئے اُٹھنے سے پہلے بھی ایک جلسہ مسنون ہے، جسے 'جلسہ استراحت' کہا جاتا ہے، البتہ اس جلسہ کی کوئی دعا نہیں۔

آخری تشہد کی سنتیں

① آخری تشہد میں بیٹھنے کی تین کیفیات ہیں:

ایک یہ کہ دایاں پاؤں کھڑا کر کے بائیں پاؤں کو دائیں پنڈلی کے نیچے کر لے اور زمین پر بیٹھ جائے۔

دوسری کیفیت پہلی کیفیت کی طرح ہے، لیکن دونوں میں فرق صرف اتنا ہے کہ دایاں پاؤں کھڑا کرنے کی بجائے اسے بھی بائیں پاؤں کی طرح بچھا لے۔

تیسری یہ کہ دایاں پاؤں کھڑا کر لے، اور بایاں پاؤں دائیں پنڈلی اور ران کے درمیان رکھ لے۔

② ہاتھوں کو اپنی رانوں پر رکھنا، جبکہ دونوں ہاتھوں کی انگلیاں ایک دوسرے کے ساتھ ملی ہوئی ہوں۔

③ تشہد میں (خواہ پہلا ہو یا دوسرا) اپنی انگشتِ شہادت کو حرکت دینا، اور اس کی کیفیت یہ ہے کہ دائیں ہاتھ کا انگوٹھا درمیان والی اُنگلی پر ایک گول دائرے کی شکل میں رکھا ہوا ہو، اور اپنی نظر انگشتِ

شہادت پر رکھے۔

④ سلام پھیرتے ہوئے دائیں بائیں چہرہ کو گھمانا

☜ نماز کی ان عملی سنتوں کو شمار کرلیں، پھر دیکھیں کہ ان میں سے کونسی سنت ہر رکعت میں آتی ہے اور کونسی سنت پوری نماز میں ایک یا دو مرتبہ آتی ہے۔ پھر دن اور رات کی فرض اور نفل نمازوں کی رکعات بھی شمار کرلیں تو دیکھیں چوبیس گھنٹوں میں آپ کتنی زیادہ سنتوں پر عمل کر کے کتنا زیادہ اجر وثواب کما سکتے ہیں۔

امام ابن قیمؒ جوزیہ کا کہنا ہے کہ

”بندے کو اللہ کے سامنے دو مرتبہ کھڑا ہونا ہے، ایک نماز میں اور دوسرا قیامت کے روز تو جو شخص نماز کی حالت میں اللہ کے سامنے کھڑا ہونے کا حق ادا کر دیتا ہے، اس کے لئے قیامت کے دن کا کھڑا ہونا آسان ہوگا، اور جو شخص نماز والے قیام کا حق ادا نہیں کرتا، اس کے لئے قیامت کے دن والا قیام بھی انتہائی سخت ہوگا۔“

فرض نماز کے بعد کی سنتیں

درج ذیل دعاؤں کا پڑھنا مسنون ہے:

① تین مرتبہ أَسْتَغْفِرُ اللهَ کہہ کر یہ دعا پڑھیں: «اَللّٰهُمَّ أَنْتَ السَّلَامُ وَمِنْكَ السَّلَامُ تَبَارَكْتَ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ» (۴۴)

"اے اللہ! تو سلامتی والا ہے اور تجھ ہی سے سلامتی ہے، تو بابرکت ہے اے بزرگی اور عزت والے!"

② «لَا إِلٰهَ إِلَّا اللهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، اَللّٰهُمَّ لَا مَانِعَ لِمَا أَعْطَيْتَ، وَلَا مُعْطِيَ لِمَا مَنَعْتَ وَلَا يَنْفَعُ ذَا الْجَدِّ مِنْكَ الْجَدُّ» (۴۵)

"اللہ کے سوا کوئی سچا معبود نہیں۔ وہ اکیلا ہے، اس کا کوئی شریک نہیں۔ اسی کے لیے ساری بادشاہت ہے اور اسی کے لیے تمام تعریفیں ہیں اور وہ ہر چیز پر قادر ہے۔ اے اللہ! جو تو دے تو اسے کوئی روکنے والا نہیں،

---

(۴۴) صحیح مسلم: ۵۹۱

(۴۵) صحیح بخاری: ۸۴۴ و صحیح مسلم: ۵۹۳

اور جو تو روک لے تو اسے کوئی دینے والا نہیں اور کسی بزرگی والے کی بزرگی تجھ کو فائدہ نہیں پہنچا سکتی۔"

③ «لَا إِلٰهَ إِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ، لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللّٰهِ، لَا إِلٰهَ إِلَّا اللّٰهُ وَلَا نَعْبُدُ إِلَّا إِيَّاهُ، لَهُ النِّعْمَةُ وَلَهُ الْفَضْلُ وَلَهُ الثَّنَاءُ الْحَسَنُ، لَا إِلٰهَ إِلَّا اللّٰهُ مُخْلِصِيْنَ لَهُ الدِّيْنَ وَلَوْ كَرِهَ الْكَافِرُوْنَ» ⑳

"اللہ کے سوا کوئی سچا معبود نہیں۔ وہ اکیلا ہے، اس کا کوئی شریک نہیں، اسی کے لیے ساری بادشاہت ہے اور اسی کے لیے تمام تعریفیں ہیں، اور وہ ہر چیز پر قادر ہے۔ اللہ کی توفیق کے بغیر نہ کسی برائی سے بچنے کی طاقت ہے اور نہ کچھ کرنے کی۔ اللہ کے سوا کوئی سچا معبود نہیں، اور ہم اس کے سوا کسی کی عبادت نہیں کرتے۔ ساری نعمتیں اسی کے لیے ہیں، اور سارا فضل اسی کے لئے ہے، اور اچھی ثنا اسی کے لیے ہے۔ اللہ کے سوا کوئی سچا معبود نہیں، ہم اسی کے لیے دین کو خالص کرتے ہیں، اگرچہ کافروں کو یہ بات ناپسند کیوں نہ ہو۔"

---

⑳ صحیح مسلم:۵۹۴

④ ۳۳ مرتبہ سبحٰن الله، ۳۳ مرتبہ الحمد لله اور ۳۴ مرتبہ الله أکبر کہنا، پھر ایک مرتبہ «لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهٗ لَا شَرِیْكَ لَهٗ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلٰی كُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ» کا پڑھنا[۲]

ان تسبیحات کے فوائد

دن اور رات کی ہر نماز کے بعد ان تسبیحات کو پڑھا جائے تو پڑھنے والے کے لئے ۵۰۰ صدقوں کا ثواب لکھ دیا جاتا ہے، جیسا کہ رسول اللہ ﷺ کا فرمان ہے کہ

''ہر تسبیح سبحان الله صدقہ ہے، اور ہر تکبیر الله أکبر صدقہ ہے، اور ہر الحمد لله صدقہ ہے، اور ہر لا إله إلا الله صدقہ ہے''[۱]

◉ اسی طرح اس کے لیے جنت میں ۵۰۰ درخت لگا دیے جاتے ہیں، جیسا کہ ایک حدیث میں ہے کہ رسول اللہ ﷺ حضرت ابو ہریرہؓ کے پاس سے گزرے جبکہ وہ شجر کاری کر رہے تھے، تو آپ ﷺ نے فرمایا: اے ابو ہریرہؓ! کیا میں تمہیں اس سے بہتر شجر کاری نہ بتاؤں؟ ابو ہریرہؓ نے کہا: کیوں نہیں اے اللہ کے رسول! تو آپ ﷺ نے فرمایا: تم سُبْحَانَ اللّٰهِ وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ وَلَا إِلٰهَ إِلَّا اللّٰهُ، وَاللّٰهُ أَكْبَرُ کہا کرو، ہر ایک

---

② صحیح مسلم: ۵۹۷ ① صحیح مسلم: ۷۲۰

کے بدلے تمھارے لئے جنت میں ایک درخت لگا دیا جائے گا۔‘‘[2]

◉ جو شخص ان تسبیحات کو پڑھتا ہے، اس کی غلطیاں، چاہے سمندر کی جھاگ کے برابر کیوں نہ ہوں، معاف کردی جاتی ہیں۔[3]

◉ ہمیشہ یہ تسبیحات پڑھنے والا شخص دنیا و آخرت کی ذلت ورسوائی سے محفوظ رہتا ہے۔[4]

⑤ «اَللّٰهُمَّ اَعِنِّيْ عَلٰى ذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ»[5]

’’اے اللہ! اپنے ذکر، اپنے شکر اور اپنی عبادت میں حسن (پیدا کرنے) پر میری مدد فرما۔‘‘

⑥ «اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ اَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ، وَاَعُوْذُ بِكَ مِنْ اَنْ اُرَدَّ اِلٰى اَرْذَلِ الْعُمُرِ، وَاَعُوْذُ بِكَ مِنْ فِتْنَةِ الدُّنْيَا، وَاَعُوْذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ»[6]

’’اے اللہ! میں بزدلی سے آپ کی پناہ چاہتا ہوں، اور بے غرض عمر کی طرف لوٹائے جانے سے آپکی پناہ میں آتا ہوں، اور دنیا کے فتنے سے

---

② سنن ابن ماجہ: ۳۸۰۷، صحیح۔
③ صحیح مسلم: ۲۶۹۱
④ صحیح مسلم: ۵۹۶
⑤ سنن ابو داود: ۱۵۲۲، صحیح۔
⑥ صحیح بخاری: ۲۸۲۲

آپکی پناہ میں آتا ہوں، اور عذابِ قبر سے آپ کی پناہ میں آتا ہوں۔"

⑦ «رَبِّ قِنِيْ عَذَابَكَ يَوْمَ تَبْعَثُ عِبَادَكَ»

"اے میرے ربّ! مجھے اس دن اپنے عذاب سے بچانا جب آپ اپنے بندوں کو اُٹھائیں گے۔"

حضرت براء رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ جب ہم رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے پیچھے نماز پڑھتے تو ہماری خواہش ہوتی کہ ہم آپ کی دائیں طرف ہوں، اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم ہماری طرف متوجہ ہوں، تو میں نے اُنھیں یہ دعا پڑھتے ہوئے سنا: «رَبِّ قِنِيْ عَذَابَكَ يَوْمَ تَبْعَثُ عِبَادَكَ» [⑦]

⑧ آخری تین سورتوں کو پڑھنا [⑧]

⑨ آیت الکرسی کا پڑھنا، ارشادِ نبویؐ ہے:

"جو شخص ہر فرض نماز کے بعد آیت الکرسی کو پڑھے، اس کے اور جنت کے درمیان صرف اس کی موت کا فاصلہ رہ جاتا ہے۔" [⑨]

⑩ فجر اور مغرب کے بعد دس مرتبہ یہ دعا پڑھیں:

«لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهٗ لَا شَرِيْكَ لَهٗ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ

---

⑦ صحیح مسلم: ۷۰۹

⑧ سنن ابوداود: ۱۵۲۳، صحیح

⑨ سنن کبریٰ از امام بیہقی: ۹۹۲۸

الْحَمْدُ، يُحْيِيْ وَيُمِيْتُ وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ)) ⑩

"اللہ کے سوا کوئی سچا معبود نہیں، وہ اکیلا ہے، اس کا کوئی شریک نہیں، اسی کے لئے ساری بادشاہت ہے اور اسی کے لئے تمام تعریفیں ہیں، وہی زندہ کرتا اور وہی مارتا ہے، اور وہ ہر چیز پر قدرت رکھتا ہے۔"

⑪ درج بالا تسبیحات کی گنتی دائیں ہاتھ پر کرنا

⑫ درج بالا اذکار اور دعاؤں کو جگہ تبدیل کئے بغیر اپنی جائے نماز پر بیٹھے بیٹھے پڑھنا

ان تمام سنتوں پر اگر ہر فرض نماز کے بعد عمل کیا جائے تو تقریباً ۵۵ سنتوں پر عمل ہوگا، اور فجر اور مغرب کے بعد اس سے بھی زیادہ، لہٰذا ان کا بھرپور خیال رکھنا چاہیے، یاد رہے کہ فرض نماز میں واقع ہونے والا خلل مذکورہ اذکار سے پورا کردیا جاتا ہے۔

---

⑩ سنن ترمذی: ۳۵۳۴، حسن

صبح وشام میں مسنون عمل

درج ذیل دعاؤں اور اذکار کا پڑھنا مسنون ہے:

① آیت الکرسی، ارشادِ نبویؐ ہے کہ

''جو شخص اسے صبح کے وقت پڑھ لے، اسے شام تک جنوں سے پناہ دے دی جاتی ہے، اور جو اسے شام کے وقت پڑھ لے، اسے صبح ہونے تک جنوں سے پناہ دے دی جاتی ہے۔''[1]

② مُعَوِّذات (آخری تین سورتوں) کا پڑھنا، ارشاد نبویؐ ہے:

''جو شخص ان سورتوں کو صبح وشام تین تین مرتبہ پڑھ لے، اسے یہ ہر چیز سے کافی ہو جاتی ہیں۔''[2]

③ صبح کے وقت یہ دعا پڑھے:

« اَصْبَحْنَا وَاَصْبَحَ الْمُلْكُ لِلّٰهِ، وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ، لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهٗ لَا شَرِيْكَ لَهٗ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ، رَبِّ اَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِيْهِ هٰذَا

---

(۱) صحیح ترغیب: ۶۶۲ 'صحیح' (۲) سنن ترمذی: ۳۵۷۵ 'حسن'

الْیَوْمِ وَخَیْرَ مَا بَعْدَہٗ، وَاَعُوْذُ بِکَ مِنْ شَرِّ مَا فِیْ ھٰذَا
الْیَوْمِ وَشَرِّ مَا بَعْدَہٗ رَبِّ اَعُوْذُ بِکَ مِنَ الْکَسَلِ وَسُوْءِ
الْکِبَرِ رَبِّ اَعُوْذُ بِکَ مِنْ عَذَابِ النَّارِ وَ عَذَابِ الْقَبْرِ»⑭

''ہم نے صبح کی اور اللہ کے لئے حکمرانی نے صبح کی، اور تمام تعریفیں اللہ کے لیے ہیں، اللہ کے سوا کوئی معبودِ برحق نہیں۔ وہ اکیلا ہے، اس کا کوئی شریک نہیں، اسی کے لیے ساری بادشاہت ہے، اور اسی کے لیے تمام تعریفیں ہیں۔ اور وہ ہر چیز پر قادر ہے، اے میرے ربّ! میں آپ سے اِس دن کی اور اس کے بعد والے دن کی خیر کا سوال کرتا ہوں، اور میں اس دن کے اور اس دن کے بعد والے دن کے شر سے آپ کی پناہ چاہتا ہوں، اے میرے ربّ! میں سستی اور بڑھاپے کی برائی سے آپ کی پناہ چاہتا ہوں۔ اے میرے ربّ! میں عذابِ جہنم اور عذابِ قبر سے آپ کی پناہ چاہتا ہوں۔''

یہی دعا شام کے وقت بھی پڑھنی چاہیے، لیکن شام کے وقت اَصْبَحْنَا وَاَصْبَحَ کی بجائے اَمْسَیْنَا وَاَمْسٰی اور ھٰذَا الْیَوْمِ کی بجائے ھٰذِہِ اللَّیْلَۃِ کہنا ہوگا۔

⑭ صحیح مسلم: ۲۷۲۳

④ صبح کے وقت یہ دعا پڑھیں:

«اَللّٰهُمَّ بِكَ اَصْبَحْنَا وَبِكَ اَمْسَيْنَا، وَبِكَ نَحْيَا وَبِكَ نَمُوْتُ، وَاِلَيْكَ الْمَصِيْرُ» ④

''اے اللہ! تیری توفیق سے ہم نے صبح کی اور تیری ہی توفیق سے ہم نے شام کی، اور تیرے حکم سے ہم زندہ ہوئے، اور تیرے ہی حکم سے ہم پر موت آئے گی، اور تیری طرف اُٹھ کر جانا ہے۔''

اور یہی دعا شام کے وقت یوں پڑھیں:

«اَللّٰهُمَّ بِكَ اَمْسَيْنَا وَبِكَ اَصْبَحْنَا، وَبِكَ نَحْيَا وَبِكَ نَمُوْتُ، وَاِلَيْكَ النُّشُوْرُ»

''اے اللہ! تیری توفیق سے ہم نے شام کی اور تیری ہی توفیق سے ہم نے صبح کی، اور تیرے حکم سے ہم زندہ ہوئے، اور تیرے ہی حکم سے ہم پر موت آئے گی، اور تیری طرف لوٹ کر جانا ہے۔''

⑤ صبح وشام یہ دعا پڑھیں:

«اَللّٰهُمَّ اَنْتَ رَبِّيْ لَا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ خَلَقْتَنِيْ وَ اَنَا عَبْدُكَ وَاَنَا عَلٰى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، اَعُوْذُ بِكَ مِنْ

④ سنن ترمذی: ۳۳۹۱، صحیح۔

شَرِّ مَا صَنَعْتُ، أَبُوْءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ وَأَبُوْءُ بِذَنْبِيْ فَاغْفِرْلِيْ فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوْبَ إِلَّا أَنْتَ»

''اے اللہ! آپ میرے ربّ ہیں، آپ کے سوا کوئی سچا معبود نہیں۔ آپ نے مجھے پیدا کیا، اور میں آپ کا بندہ ہوں۔ اور میں اپنی طاقت کے مطابق آپ کے عہد اور وعدے پر قائم ہوں۔ میں نے جو کچھ کیا اس کے شر سے میں آپ کی پناہ میں آتا ہوں۔ میں اپنے اوپر آپ کی نعمتوں کا اعتراف اور اپنے گناہ گار ہونے کا اعتراف کرتا ہوں، لہٰذا آپ مجھے معاف کردیں کیونکہ آپکے سوا کوئی گناہوں کو معاف کرنے والا نہیں۔''

اس دعا کی فضیلت یہ ہے:

''جو شخص اسے شام کے وقت یقین کے ساتھ پڑھ لے اور اسی رات میں اس کی موت آ جائے تو وہ سیدھا جنت میں جائے گا، اور اسی طرح جو اسے صبح کے وقت یقین کے ساتھ پڑھ لے اور اسی دن اس کی موت آ جائے تو وہ بھی سیدھا جنت میں جائے گا۔''⑮

⑥ صبح کے وقت یہ دعا چار مرتبہ پڑھیں:

«اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَصْبَحْتُ أُشْهِدُكَ وَأُشْهِدُ حَمَلَةَ عَرْشِكَ

---

⑮ صحیح بخاری:۶۳۰۶

وَمَلَائِكَتَكَ، وَجَمِيعَ خَلْقِكَ أَنَّكَ أَنْتَ اللّٰهُ،لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ وَحْدَكَ، لَا شَرِيكَ لَكَ وَأَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُكَ وَرَسُولُكَ»

"اے اللہ! میں نے صبح کر لی۔ میں آپ کو گواہ بناتا ہوں اور آپ کے عرش کو اُٹھانے والے فرشتوں کو، اور آپ کے (دیگر) فرشتوں کو اور آپ کی پوری مخلوق کو گواہ بناتا ہوں کہ صرف آپ ہی سچے معبود ہیں، اور آپ کے سوا اور کوئی معبود نہیں۔ آپ اکیلے ہیں، آپ کا کوئی شریک نہیں اور محمد ﷺ آپ کے بندے اور رسول ہیں۔"

اور یہی دعا شام کے وقت بھی چار مرتبہ پڑھیں، لیکن شام کے وقت أَصْبَحْتُ کی بجائے أَمْسَيْتُ کہنا ہوگا۔

اس دعا کی فضیلت یہ ہے:

"جو شخص اسے صبح وشام چار چار مرتبہ پڑھ لے، اللہ تعالیٰ اسے جہنم سے آزاد کر دیتا ہے۔"[16]

⑦ صبح کے وقت یہ دعا پڑھیں:

«اَللّٰهُمَّ مَا أَصْبَحَ بِيْ مِنْ نِعْمَةٍ فَمِنْكَ وَحْدَكَ لَا

[16] سنن ابوداود:٥٠٦٩

شَرِيْكَ لَكَ فَلَكَ الْحَمْدُ وَلَكَ الشُّكْرُ »

''اے اللہ! مجھ پر یا آپ کی مخلوق میں سے کسی پر جس نعمت نے صبح کی وہ آپ کی طرف سے ہے۔ آپ اکیلے ہیں، آپ کا کوئی شریک نہیں؛ سو تمام تعریف اور شکر آپ کے لئے ہے۔''

یہی دعا شام کے وقت بھی پڑھنی چاہیے، لیکن اَصْبَحَ کی بجائے اَمْسٰی کہا جائے۔ اور اس دعا کی فضیلت یہ ہے:

''جو آدمی اسے صبح کے وقت پڑھ لے، اس نے اس دن کا شکر ادا کر دیا، اور جو اسے شام کے وقت پڑھ لے، اس نے اس رات کا شکر ادا کر دیا۔''[17]

⑧ صبح وشام تین تین مرتبہ یہ دعا پڑھیں:

«اَللّٰهُمَّ عَافِنِيْ فِيْ بَدَنِيْ، اَللّٰهُمَّ عَافِنِيْ فِيْ سَمْعِيْ اَللّٰهُمَّ عَافِنِيْ فِيْ بَصَرِيْ، لَا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ، اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ اَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ وَالْفَقْرِ، وَاَعُوْذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ، لَا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ»[18]

''اے اللہ! مجھے میرے بدن میں عافیت دے۔ اے اللہ! مجھے میرے

⑰ سنن ابوداود: ۵۰۷۳ ⑱ سنن ابوداود: ۵۰۹۰ 'حسن'

کانوں میں عافیت دے۔ اے اللہ! مجھے میری نظر میں عافیت دے۔ تیرے سوا کوئی معبودِ برحق نہیں۔ اے اللہ! میں کفر اور فقر سے آپ کی پناہ میں آتا ہوں اور عذابِ قبر سے آپ کی پناہ چاہتا ہوں۔ آپ کے سوا کوئی معبودِ برحق نہیں۔"

⑨ صبح وشام یہ دعا سات سات مرتبہ پڑھیں:

﴿ حَسْبِيَ اللّٰهُ، لَآ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ، عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ ﴾ (سورۃ التوبہ:۱۲۹)

"مجھے اللہ ہی کافی ہے، اس کے سوا کوئی سچا معبود نہیں۔ میں نے اسی پر توکل کیا اور وہ عرشِ عظیم کا ربّ ہے۔"

اس دعا کا فائدہ یہ ہے:

"جو شخص اسے صبح وشام سات سات مرتبہ پڑھ لے، اللہ تعالیٰ اسے دنیاوی واُخروی غموں سے نجات دے دیتا ہے۔"[19]

⑩ درج ذیل دعا صبح وشام پڑھیں:

«اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ اَسْاَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالْاٰخِرَةِ اَللّٰهُمَّ [اِنِّيْ] اَسْاَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِيْ دِيْنِيْ وَدُنْيَايَ

⑲ سنن ابوداود:۵۰۸۱

وَاَهْلِيْ وَمَالِيْ، اَللّٰهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِيْ وَاٰمِنْ رَوْعَاتِيْ، وَاحْفَظْنِيْ مِنْ بَيْنِ يَدَيَّ وَمِنْ خَلْفِيْ وَعَنْ يَمِيْنِيْ وَعَنْ شِمَالِيْ، وَمِنْ فَوْقِيْ، وَاَعُوْذُ بِكَ اَنْ اُغْتَالَ مِنْ تَحْتِيْ» ⑳

"اے اللہ! میں آپ سے دنیا و آخرت میں معافی اور عافیت کا سوال کرتا ہوں۔ اے اللہ! میں آپ سے اپنے دین، اپنی دنیا، اپنے اہل وعیال اور مال و دولت میں معافی اور عافیت کا سوال کرتا ہوں۔ اے اللہ! میرے عیبوں پر پردہ ڈال دے، اور مجھے ڈر اور خوف میں امن عطا کر۔ اے اللہ! آپ میری حفاظت فرمائیں، میرے سامنے سے، میرے پیچھے سے، میری دائیں طرف سے، میری بائیں طرف سے، اور میرے اوپر سے۔ اور میں آپ کی عظمت کی پناہ میں آتا ہوں اس بات سے کہ اچانک اپنے نیچے سے ہلاک کیا جاؤں۔"

⑪ درج ذیل دعا بھی صبح وشام پڑھیں:

«اَللّٰهُمَّ فَاطِرَ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ لَآ اِلٰهَ اِلَّآ اَنْتَ رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيْكَهُ،

⑳ سنن ابن ماجہ: ۳۸۷۱، صحیح۔

أَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِيْ وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطٰنِ وَشِرْكِهٖ وَاَنْ اَقْتَرِفَ عَلٰى نَفْسِيْ سُوْءًا اَوْ اَجُرَّهٗ اِلٰى مُسْلِمٍ» (21)

"اے آسمانوں اور زمین کو پیدا کرنے والے! اے غیب اور حاضر کو جاننے والے! آپ کے سوا کوئی سچا معبود نہیں، آپ ہر شے کے رب اور مالک ہیں۔ میں اپنے نفس کے شر سے اور شیطان کے شر اور اس کے شرک سے آپ کی پناہ میں آتا ہوں، اور اس بات سے بھی آپ کی پناہ چاہتا ہوں کہ میں اپنے نفس پر کسی برائی کا ارتکاب کروں یا کسی برائی کو کسی مسلمان کی طرف کھینچ لاؤں۔"

(12) درج ذیل دعا بھی صبح وشام تین تین مرتبہ پڑھیں:

«بِسْمِ اللّٰهِ الَّذِیْ لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهٖ شَیْءٌ فِی الْاَرْضِ وَلَا فِی السَّمَآءِ وَهُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ»

"اللہ کے نام کے ساتھ کہ جس کے نام کے ساتھ زمین وآسمان میں کوئی چیز نقصان نہیں پہنچا سکتی اور وہ خوب سننے والا، جاننے والا ہے۔"

اس دعا کی فضیلت یہ ہے:

"جو شخص اسے صبح وشام تین تین مرتبہ پڑھ لے، اسے کوئی چیز نقصان نہیں پہنچا سکتی۔" (22)

---

(21) سنن ترمذی: ۳۵۲۹ 'صحیح'

(22) سنن ترمذی: ۳۳۸۸ 'حسن صحیح'

⑬ درج ذیل دعا بھی صبح وشام تین تین مرتبہ پڑھیں:

«رَضِيتُ بِاللّٰهِ رَبًّا وَّ بِالْإِسْلَامِ دِيْنًا وَّ بِمُحَمَّدٍ نَّبِيًّا»

"میں اللہ کو رب ماننے اور اسلام کو دین ماننے اور محمد ﷺ کو نبی ماننے پر راضی ہوں۔"

اس کی فضیلت یہ ہے:

"جو شخص اسے صبح وشام تین تین مرتبہ پڑھ لے، اللہ پر واجب ہو جاتا ہے کہ وہ اسے قیامت والے دن راضی کرے۔"[۴۳]

⑭ اسی طرح یہ دعا بھی صبح وشام پڑھیں:

«يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيْثُ، أَصْلِحْ لِيْ شَأْنِيْ كُلَّهُ، وَلَا تَكِلْنِيْ إِلٰى نَفْسِيْ طَرْفَةَ عَيْنٍ»[۴۴]

"اے وہ جو کہ زندہ ہے! اے (زمین وآسمان کو) قائم رکھنے والے! میں تیری رحمت کے ساتھ مدد کا طلبگار ہوں۔ میرے تمام معاملات کو میرے لئے درست کردے۔ اور مجھے ایک پل کے لیے بھی میرے نفس کے حوالے نہ فرما۔"

⑮ نبی کریم ﷺ صبح کے وقت یہ دعا بھی پڑھا کرتے تھے:

---

۴۳ مسند احمد: ۴/۳۳۷ ۴۴ مستدرک حاکم: ۱/۵۴۵، صحیح

«اَصْبَحْنَا عَلٰى فِطْرَةِ الْاِسْلَامِ وَكَلِمَةِ الْاِخْلَاصِ، وَدِيْنِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ، وَمِلَّةِ اَبِيْنَا اِبْرَاهِيْمَ حَنِيْفًا مُّسْلِمًا وَّمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِيْنَ» ⑳

''ہم نے فطرتِ اسلام، کلمہ اخلاص اور اپنے نبی حضرت محمد ﷺ کے دین اور اپنے باپ حضرت ابراہیم علیہ السلام کی ملت پر صبح کی، وہ شرک سے اِعراض کرنے والے تھے، مسلمان تھے اور مشرکوں میں سے نہ تھے۔''

⑯ صبح وشام سو مرتبہ سُبْحَانَ اللّٰهِ وَبِحَمْدِهٖ پڑھیں، اور اسکی فضیلت یہ ہے کہ ''جو شخص اسے صبح وشام سو مرتبہ پڑھ لے قیامت والے دن کوئی شخص اس سے افضل عمل نہیں لا سکے گا، سوائے اس شخص کے کہ جو اسی آدمی کی طرح اسے پڑھتا تھا یا اس سے زیادہ عمل کرتا تھا۔'' ㉖

نیز اس کی ایک اور فضیلت یہ بھی ہے کہ ''اس آدمی کے تمام گناہ، خواہ سمندر کی جھاگ کے برابر کیوں نہ ہوں، معاف کردیے جاتے ہیں۔''

⑰ صبح کے وقت یہ دعا سو مرتبہ پڑھیں:

«لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهٗ لَا شَرِيْكَ لَهٗ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ»

---

⑳ صحیح الجامع الصغیر: ۴۶۷۴، صحیح۔ ㉖ صحیح مسلم: ۲۶۹۲

اور اسے پڑھنے کے فضائل درج ذیل ہیں:

◉ اسے سو مرتبہ پڑھنا دس گردنوں کو آزاد کرنے کے برابر ہے۔

◉ اور اس کے لئے سو نیکیاں لکھ دی جاتی ہیں۔

◉ اور اس کے سو گناہ معاف کردیے جاتے ہیں۔

◉ اور یہ دعا شام ہونے تک اس شخص کے لیے شیطان کے سامنے حفاظت کا حصار بنی رہتی ہے۔ (۲۷)

(۱۸) صبح کے وقت اس دعا کو پڑھیں:

«اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ اَسْاَلُكَ عِلْمًا نَّافِعًا، وَّرِزْقًا طَيِّبًا، وَعَمَلًا مُّتَقَبَّلًا» (۲۸)

”اے اللہ! میں آپ سے علم نافع، پاکیزہ رزق، اور اس عمل کا سوال کرتا ہوں جسے قبول کرلیا جائے۔“

(۱۹) صبح وشام تین تین مرتبہ اس دعا کو پڑھیں:

«سُبْحَانَ اللّٰهِ وَبِحَمْدِهٖ عَدَدَ خَلْقِهٖ، وَرِضَا نَفْسِهٖ، وَزِنَةَ عَرْشِهٖ، وَمِدَادَ كَلِمٰتِهٖ» (۲۹)

---

(۲۷) صحیح بخاری: ۳۲۹۳ و صحیح مسلم: ۲۶۹۱ (۲۸) سنن ابن ماجہ: ۹۲۵، صحیح

(۲۹) صحیح مسلم: ۲۷۲۶

"اللہ پاک ہے، اور اپنی تعریف کے ساتھ ہے اپنی مخلوق کی تعداد کے برابر، اور اپنے نفس کی رضا کے برابر، اور اپنے عرش کے وزن کے برابر، اور اپنے کلمات کے برابر۔"

(۲۰) شام کے وقت تین مرتبہ یہ دعا پڑھیں:

«اَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللّٰهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ» (۳۰)

"میں ہر مخلوق کے شر سے اللہ کے مکمل کلمات کی پناہ میں آتا ہوں۔"

درج بالا اذکار اور دعاؤں میں سے جس کو بھی آپ پڑھیں گے ایک سنت پر عمل ہوگا، لہٰذا ان تمام کو صبح وشام پڑھا کریں تاکہ زیادہ سے زیادہ سنتوں پر عمل کرنے کا ثواب کما سکیں۔

یاد رہے کہ ان اذکار کو اخلاص، صدق اور یقین کے ساتھ اور ان کے معانی میں تدبر کرتے ہوئے پڑھنا ضروری ہے تاکہ عملی زندگی میں آپ کو ان کے اچھے نتائج محسوس ہو سکیں۔

(۳۰) سنن ترمذی: ۳۴۳۷، صحیح۔

لوگوں سے میل ملاقات کی سنتیں

① سلام کہنا

◉ رسول اللہ ﷺ سے سوال کیا گیا کہ اسلام میں کونسا عمل سب سے بہتر ہے؟ تو آپ ﷺ نے فرمایا: یہ کہ تو کھانا کھلائے، اور ہر جاننے اور نہ جاننے والے کو سلام کہے۔"①

◉ ایک آدمی رسول اللہ ﷺ کے پاس حاضر ہوا اور اس نے السلام علیکم کہا، آپ ﷺ نے اس کا جواب دیا، پھر وہ بیٹھ گیا۔ آپ ﷺ نے فرمایا: اس کے لئے دس نیکیاں ہیں۔ پھر ایک اور آدمی آیا اور اس نے السلام علیکم ورحمة الله کہا، آپ ﷺ نے اس کا جواب دیا۔ پھر وہ بھی بیٹھ گیا، آپ ﷺ نے فرمایا: اس کے لئے بیس نیکیاں ہیں۔ پھر ایک اور آدمی آیا اور اس نے السلام علیکم ورحمة الله وبرکاته کہا، آپ ﷺ نے اس کا جواب دیا۔ پھر وہ بھی بیٹھ گیا، آپ ﷺ نے فرمایا: اس کے لیے تیس نیکیاں ہیں۔②

---

① صحیح بخاری:۱۲ و صحیح مسلم:۳۹ ② سنن ابوداود:۵۱۹۵ صحیح

تو غور فرمائیں! جو شخص پورا سلام نہیں کہتا وہ کتنا زیادہ اجر ضائع کر بیٹھتا ہے۔ اگر وہ پورا سلام السلام علیکم ورحمۃ اللہ وبرکاتہ کہے تو اسے تیس نیکیاں ملتی ہیں، اور ایک نیکی دس نیکیوں کے برابر ہوتی ہے۔ گویا ایک مرتبہ پورا سلام کہنے سے ۳۰۰ نیکیوں کا ثواب ملتا ہے اور اگر اللہ چاہے تو اس سے بھی زیادہ عطا کر سکتا ہے، لہٰذا اپنی زبان کو پورا سلام کہنے کا عادی بنائیں تاکہ اتنا بڑا اجر وثواب حاصل ہو سکے۔

اور مسلمان دن اور رات میں کئی مرتبہ سلام کہتا ہے۔ جب مسجد میں داخل ہو تو متعدد نمازیوں کو سلام کہنے کا موقعہ ملتا ہے، اسی طرح جب ان سے جدا ہو تب بھی اُنھیں سلام کہے، اور اسی طرح گھر میں آتے ہوئے اور پھر باہر جاتے ہوئے بھی سلام کہے تو ایسے تمام موقعوں پر پورا سلام کہا جائے تو اندازہ کر لیں کہ کتنا زیادہ ثواب صرف اسی سلام کے ذریعے حاصل کیا جا سکتا ہے!!

اور یہ بات نہ بھولیں کہ جس طرح ملاقات کے وقت سلام کہنا مسنون ہے، اسی طرح جدائی کے وقت بھی پورا سلام کہنا سنت ہے۔

اِرشادِ نبوی ﷺ ہے: ''تم میں سے کوئی شخص جب کسی مجلس میں جائے

تو سلام کہے،اور جب وہاں سے جانا چاہے تو تب بھی سلام کہے کیونکہ ملاقات جدائی سے زیادہ سلام کا حق نہیں رکھتی۔''③

انسان اگر ہر نماز کے وقت سلام کا اہتمام کرے تو وہ دن اور رات میں بیس مرتبہ سلام کہہ سکتا ہے، پانچ مرتبہ گھر سے جاتے ہوئے، پانچ مرتبہ مسجد میں داخل ہوتے ہوئے، پانچ مرتبہ مسجد سے نکلتے ہوئے، اور پانچ مرتبہ گھر میں داخل ہوتے ہوئے، جبکہ چوبیس گھنٹوں میں انسان کوئی اور مقاصد کے لیے بھی گھر سے باہر جانا اور واپس آنا پڑتا ہے، اور اسی طرح کئی لوگوں سے ہم کلام ہونے کا بھی موقعہ ملتا ہے۔ ایسے ہی دن بھر میں کئی اور احباب سے فون پر بھی اس کا رابطہ ہوتا ہے تو ایسے تمام مواقع پر پورا سلام کہہ کر وہ بہت زیادہ نیکیاں کما سکتا ہے۔

② چہرے پر مسکراہٹ لانا یا خندہ پیشانی سے ملنا

ارشادِ نبویؐ ہے:

''نیکی کے کسی کام کو حقیر مت سمجھو، خواہ تم اپنے بھائی کو مسکراتے ہوئے چہرے کے ساتھ ملو۔''④

---

③ سنن ابو داود: ۵۲۰۸،حسن صحیح، ④ صحیح مسلم: ۲۶۲۶

③ مصافحہ کرنا

اِرشادِ نبوی ﷺ ہے:

"دو مسلمان ملاقات کے وقت جب مصافحہ کرتے ہیں تو جدا ہونے سے پہلے ان کے گناہ معاف کردیے جاتے ہیں۔"⑤

امام نوویؒ کہتے ہیں کہ ہر ملاقات کے وقت مصافحہ کرنا مستحب ہے۔

تو جب بھی کسی مسلمان سے آپ کی ملاقات ہو، آپ درج بالا تین سنتوں پر عمل کرکے بہت زیادہ ثواب حاصل کرسکتے ہیں۔

④ اچھی بات کرنا: فرمانِ الٰہی ہے

﴿وَقُلْ لِّعِبَادِيْ يَقُوْلُ الَّتِيْ هِيَ اَحْسَنُ اِنَّ الشَّيْطٰنَ يَنْزَغُ بَيْنَهُمْ اِنَّ الشَّيْطٰنَ كَانَ لِلْاِنْسَانِ عَدُوًّا مُّبِيْنًا﴾

"اور میرے بندوں سے کہہ دیجئے کہ وہ بہت ہی اچھی بات منہ سے نکالا کریں، کیونکہ شیطان آپس میں فساد ڈلواتا ہے، بے شک شیطان انسان کا کھلا دشمن ہے۔" (الاسراء:۵۳)

اور رسول اللہ ﷺ کا ارشاد ہے:

"اچھی بات کرنا صدقہ ہے۔"⑥

---

⑤ سنن ابوداود:۵۲۱۲، صحیح، ⑥ صحیح بخاری:۲۹۸۹ و صحیح مسلم:۱۰۰۹

◉ اچھی بات میں ذکر کرنا، دعا کرنا، سلام کہنا، برحق تعریف کرنا، نیکی کا حکم دینا، سچ بولنا، اور نصیحت کرنا وغیرہ سب شامل ہیں۔

◉ اچھی بات انسان پر حیرت انگیز عمل کرتی ہے، اور اسے راحت واطمینان پہنچاتی ہے۔

◉ اچھی بات اِس کی دلیل ہوتی ہے کہ اس انسان کا دل نورِ ایمان اور ہدایت سے بھرا ہوا ہے۔

سو ہر انسان کو چاہیئے کہ وہ اچھی بات کو اپنی زندگی کا اوڑھنا بچھونا بنائے۔ اپنی بیوی، اپنی اولاد، اپنے پڑوسی، اپنے دوست، اپنے ماتحت ملازمین، اور الغرض ان تمام لوگوں کے ساتھ اچھی بات کو معمول بنائے جن کے ساتھ اس کا دن اور رات میں کئی مرتبہ میل جول ہوتا ہے۔

مجلس سے اُٹھ کر جانے کی سنت

① مجلس سے اُٹھ کر جاتے ہوئے یہ دعا پڑھنی چاہیے:

«سُبْحَانَكَ اللّٰهُمَّ وَبِحَمْدِكَ، اَشْهَدُ اَنْ لَّا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ اَسْتَغْفِرُكَ، وَاَتُوبُ اِلَيْكَ»

''اے اللہ! تو پاک ہے، اور اپنی تعریف کے ساتھ ہے۔ میں گواہی دیتا ہوں کہ تیرے سوا کوئی سچا معبود نہیں، میں تجھ سے معافی چاہتا ہوں اور تیری طرف رجوع کرتا ہوں۔''

اس دعا کو پڑھنے کا فائدہ یہ ہوتا ہے کہ

''دورانِ مجلس جو گناہ سرزد ہوتے ہیں، اُنھیں معاف کر دیا جاتا ہے۔''[7]

یاد رہے کہ دن اور رات میں انسان کئی مجالس میں شریک ہوتا ہے، مثال کے طور پر

◉ جب وہ دن اور رات میں تین مرتبہ اپنے اہل خانہ یا ساتھیوں کے ساتھ مل کر کھانا کھاتا ہے۔

---

[7] سنن ترمذی: ۳۴۳۳، صحیح۔

◉ جب وہ اپنے دوست یا کسی پڑوسی سے ملاقات کرتا ہے، اگرچہ کھڑے کھڑے اس سے بات چیت کر کے چلا کیوں نہ جائے۔

◉ جب وہ دورانِ ڈیوٹی اپنے ساتھی ملازمین کے ساتھ یا سکول وکالج میں اپنے ہم کلاس طلبہ کے ساتھ رہتا ہے۔

◉ جب وہ اپنے اہل وعیال کے ساتھ ہوتا ہے، اوران کے ساتھ کئی اُمور پر تبادلہ خیالات کرتا ہے۔

◉ جب وہ کسی کو اپنے ساتھ لے کر گاڑی میں گھومتا ہے یا اس کے ساتھ کسی کام پر جاتا ہے۔

◉ جب وہ کوئی درس یا لیکچر سننے کے لئے دیگر حاضرین کے ساتھ بیٹھتا ہے۔

تو ذرا سوچیں ! ان مجلسوں میں سے کتنی مجلسیں ایسی ہیں جن سے اُٹھ کر جاتے ہوئے آپ مندرجہ بالا دعا کو پڑھتے ہیں؟ اور اگر آپ اس دعا کے معنی میں غور فرمائیں تو آپ کو معلوم ہوگا کہ یہ دعا انتہائی عظیم ہے، اس کے ذریعے انسان ہمیشہ اللہ کے ساتھ اپنا تعلق قائم رکھتا ہے، اس کی تعریف کرتا ہے، اسے عیبوں سے پاک ذات قرار دیتا ہے، اس کی

وحدانیت کا اقرار کرتا ہے، اور اپنی کوتاہیوں پر اللہ سے معافی مانگتا ہے، اور ان سے توبہ کرتا ہے، سو کتنی عظیم ہے یہ دعا کہ اس میں توحید بھی ہے، اللہ کی تعریف بھی ہے، اور اپنے گناہوں پر اظہارِ شرمندگی بھی ہے۔

امام ابن قیم رحمہ اللہ کہتے ہیں:

"اپنے دوستوں کے ساتھ ملاقات دو قسم کی ہوتی ہے:

① ایک ملاقات محض وقت گزارنے اور طبیعت کو خوش کرنے کے لیے ہوتی ہے، اور اس میں فائدہ کم اور نقصان زیادہ ہوتا ہے۔ جس کا کم از کم نقصان یہ ہوتا ہے کہ یہ دل کو فاسد اور وقت کو ضائع کرتا ہے۔

② دوسری ملاقات ایک دوسرے کو حق بات کی نصیحت کرنے اور نجات پانے کے اسباب پر ایک دوسرے سے تعاون کرنے کے لئے ہوتی ہے اور یہ ملاقات سب سے زیادہ نفع بخش اور بہت بڑی غنیمت ہے۔"

کھانے کی سنتیں

❁ کھانے سے پہلے اور کھانے کے دوران

① بسم اللہ کا پڑھنا: اگر شروع میں بھول جائے تو یاد آنے پر «بِسْمِ اللّٰهِ فِيْ اَوَّلِهٖ وَاٰخِرِهٖ» پڑھ لے۔[8]

② دائیں ہاتھ سے کھانا

③ اپنے سامنے سے کھانا

ایک حدیث میں ارشادِ نبویؐ ہے:

''اے بچے! بسم اللہ پڑھو، اور اپنے دائیں ہاتھ سے کھاؤ، اور اپنے سامنے سے کھاؤ۔''[9]

④ لقمہ گر جائے تو اسے صاف کر کے کھا لینا

ارشادِ نبویؐ ہے: ''جب تم میں سے کسی شخص سے لقمہ گر جائے تو وہ اسے صاف کر کے کھا لے۔''[10]

---

⑧ سنن ترمذی: ۱۸۵۸، صحیح،　⑨ صحیح بخاری: ۵۳۷۶

⑩ صحیح مسلم: ۲۰۳۳

⑤ تین اُنگلیوں کے ساتھ کھانا

حدیث میں ہے کہ رسول ﷺ تین انگلیوں کے ساتھ کھاتے تھے۔[11]

اور اکثر و بیشتر آپ ﷺ کا یہی طریقہ تھا۔ سو یہی افضل ہے، البتہ اگر مجبوری ہو تو کوئی دوسرا طریقہ اختیار کیا جا سکتا ہے۔

❁ کھانے کے دوران بیٹھنے کی کیفیت

اپنے گھٹنوں اور پیروں کے بل بیٹھنا، یا دائیں پاؤں کو کھڑا کر کے بائیں پاؤں پر بیٹھنا۔ حافظ ابن حجرؒ نے فتح الباری میں اسے مستحب قرار دیا ہے۔

❁ کھانے کے بعد

① پلیٹ اور اُنگلیوں کو چاٹنا

نبی کریم ﷺ نے پلیٹ اور اُنگلیوں کو چاٹنے کا حکم دیتے ہوئے فرمایا:

''تمھیں نہیں معلوم کہ برکت کس میں ہے۔''[12]

② **کھانے کے بعد اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کرنا:** ارشادِ نبوی ﷺ ہے:

''بے شک اللہ تعالیٰ بندے سے اس وقت راضی ہو جاتا ہے، جب وہ کوئی چیز کھاتا ہے تو اس کا شکر ادا کرتا ہے۔''[13]

---

⑪ صحیح مسلم: ۲۰۳۲ ⑫ ایضاً: ۲۰۳۳ ⑬ ایضاً: ۲۷۳۴

⑤ اور آپ ﷺ درج ذیل الفاظ کے ساتھ کھانے کے بعد اللہ کا شکر ادا کرتے تھے:

«اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِيْ اَطْعَمَنِيْ هٰذَا، وَرَزَقَنِيْهِ مِنْ غَيْرِ حَوْلٍ مِّنِّيْ وَلَا قُوَّةٍ»

''تمام تعریفیں اس اللہ کے لئے ہیں جس نے مجھے یہ کھانا کھلایا اور میری کوشش اور طاقت کے بغیر مجھے یہ عطا فرمایا۔''

اس دعا کی فضیلت یہ ہے کہ

''اسے پڑھنے والے کے پچھلے گناہ معاف کردیے جاتے ہیں۔''[۴]

کھانے کی مذکورہ سنتوں پر اگر دن اور رات کے تینوں کھانوں میں عمل کیا جائے تو اس طرح ۲۱ سنتوں پر عمل ہوگا۔ اور اگر تینوں کھانوں کے درمیان کوئی اور ہلکی پھلکی غذا بھی کھائی جائے تو سنتوں کی مذکورہ تعداد میں اضافہ بھی ہوسکتا ہے۔

---

④ سنن ترمذی: ۳۴۵۸، حسن

پینے کی سنتیں

① 'بسم اللہ' پڑھنا

② دائیں ہاتھ کے ساتھ پینا

③ پینے کے دوران برتن سے باہر تین مرتبہ سانس لینا: حدیث ہے کہ
''رسول اللہ ﷺ پینے کے دوران تین مرتبہ سانس لیا کرتے تھے۔'' (۱۵)

④ بیٹھ کر پینا: ارشاد نبویؐ ہے کہ
''تم میں سے کوئی شخص کھڑا ہو کر نہ پیئے۔'' (۱۶)

⑤ پینے کے بعد الحمد للہ کہنا: ارشاد نبویؐ ہے کہ
''بے شک اللہ تعالیٰ بندے سے اس وقت راضی ہو جاتا ہے جب وہ کوئی چیز کھاتا ہے تو اس کا شکر ادا کرتا ہے، اور کوئی چیز پیتا ہے تو اس پر بھی اللہ کا شکر ادا کرتا ہے۔'' (۱۷)

مندرجہ بالا سنتیں صرف پانی پینے کی نہیں بلکہ ہر چیز کی ہیں، چاہے وہ

---

(۱۵) صحیح بخاری: ۵۶۳۱ (۱۶) صحیح مسلم: ۲۰۲۶

(۱۷) صحیح مسلم: ۲۷۳۴

گرم ہو یا ٹھنڈی، جبکہ اس دور میں بہت سارے لوگ صرف پانی پیتے ہوئے ان سنتوں کا خیال رکھتے ہیں اور باقی مشروبات میں نہیں رکھتے، حالانکہ یہ فرق کرنا غلط ہے۔

اگر نیت نیک ہو تو

یہ بات ہر انسان کو معلوم ہونی چاہیے کہ تمام مباح اعمال جیسے نیند، کھانا پینا اور طلبِ رزق وغیرہ ان تمام کو عبادات میں تبدیل کیا جا سکتا ہے اور ان کے ذریعے ہزاروں نیکیاں کمائی جا سکتی ہیں، بشرطیکہ اس کی نیت اللہ کا تقرب حاصل کرنا ہو۔ رسول اکرم ﷺ کا ارشاد ہے:

"تمام اعمال کا دارومدار نیتوں پر ہے، اور آدمی کے لیے وہی ہے جس کی اس نے نیت کی..."⑱

اور اس کی ایک سادہ سی مثال یوں ہے کہ سوتے وقت اگر کوئی انسان یہ نیت کر کے جلدی سو جائے کہ نمازِ تہجد اور نماز فجر کے لئے جلدی بیدار ہو جائے گا تو اس کی یہ نیند عبادت بن جاتی ہے، اسی طرح باقی مباحات بھی ہیں۔

---

⑱ صحیح بخاری:۱ و صحیح مسلم:۱۹۰۷

بیک وقت ایک سے زیادہ عبادات

بیک وقت ایک سے زیادہ عبادات کرنے کا طریقہ صرف ان لوگوں کو آتا ہے جو اپنے قیمتی اوقات کی حفاظت کرنا جانتے ہیں، اور اس کے کئی طریقے ہیں:

① انسان کا مسجد کی طرف جانا عبادت ہے، چاہے پیدل چل کر جائے یا سواری پر سوار ہو کر، لیکن اس دوران وہ کئی اور عبادات بھی کر سکتا ہے مثلاً اللہ کا ذکر اور تلاوتِ قرآن وغیرہ۔

② کسی دعوتی تقریب میں حاضر ہونا عبادت ہے بشرطیکہ اس تقریب میں منکرات نہ ہوں، اور اس دوران اگر وہ تقریب کے حاضرین کو اللہ کے دین کی طرف دعوت دے اور انھیں پند و نصائح کرے یا اللہ کے ذکر میں مشغول رہے تو یوں ایک وقت میں وہ کئی عبادات کا ثواب حاصل کر سکتا ہے۔

③ عورت کا گھریلو کام کاج سرانجام دینا عبادت ہے، اگر اس کی نیت اللہ کا تقرب حاصل کرنا اور خاوند کو راضی کرنا ہو۔ اور اسی دوران اگر

وہ اپنی زبان سے اللہ کا ذکر کرتی رہے یا کوئی اسلامی کیسٹ سنتی رہے تو اسے ایک وقت میں متعدد عبادتوں کا ثواب حاصل ہوسکتا ہے۔

حضرت عبد اللہ بن عمر رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ ہم ایک مجلس میں رسول اکرم ﷺ کی زبانِ مبارک سے یہ دعا سو مرتبہ سنا کرتے تھے:

«رَبِّ اغْفِرْ لِيْ وَتُبْ عَلَيَّ إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَّابُ الرَّحِيْمُ» (۱۹)

”اے میرے ربّ! مجھے معاف فرما اور میری توبہ قبول کر، بے شک تو ہی توبہ قبول کرنے والا اور رحم کرنے والا ہے۔“

تو غور کریں آپ ﷺ ایک ہی وقت میں دو عبادتیں کیا کرتے تھے: ایک؛ صحابہ کرام رضی اللہ عنہم کے ساتھ مجلس اور انھیں دین کی تعلیم دینا، اور دوسری؛ اللہ کا ذکر اور استغفار اور توبہ۔

(۱۹) سنن ابو داود: ۱۵۱۶، صحیح

ہر حال میں اللہ کا ذکر

① اللہ کا ذکر اللہ کی بندگی کی بنیاد ہے، کیونکہ ذکر سے تمام اوقات واحوال میں بندے کا اس کے خالق سے تعلق ظاہر ہوتا ہے، حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ رسول اللہ ﷺ ہر وقت اللہ کا ذکر کرتے تھے۔[۲۰]

اور ذکر اللہ کے ساتھ ایک رابطہ ہے اور اس کے ساتھ رابطہ میں زندگی ہے، اور اس کی پناہ میں نجات ہے، اور اسکے قرب میں کامیابی اور اس کی رضا ہے، اور اس سے دوری اختیار کرنے میں گمراہی اور گھاٹا ہی گھاٹا ہے۔

② اللہ کا ذکر مؤمنوں اور منافقوں میں فرق کرتا ہے، کیونکہ منافق بہت کم اللہ کا ذکر کرتے ہیں۔

③ شیطان صرف اس وقت انسان پر غالب آسکتا ہے جب وہ اللہ کے ذکر سے غافل ہو، سو اللہ کا ذکر ایک مضبوط قلعہ ہے جو انسان کو شیطان کی چالوں سے بچا لیتا ہے، اور شیطان کو یہ بات پسند ہوتی ہے کہ انسان اللہ کے ذکر سے غافل رہے تاکہ وہ اسے بآسانی شکار کر سکے۔

---

۲۰ صحیح مسلم: ۳۷۳

④ ذکر سعادت مندی کا راستہ ہے: فرمانِ الٰہی ہے

﴿ اَلَّذِیْنَ آمَنُوْا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوْبُهُمْ بِذِكْرِ اللّٰهِ اَلَا بِذِكْرِ اللّٰهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوْبُ ﴾ (الرعد: ۲۸)

”جو لوگ ایمان لائے ان کے دل اللہ کے ذکر سے اطمینان حاصل کرتے ہیں۔ یاد رکھو! اللہ کے ذکر سے ہی دلوں کو تسلی حاصل ہوتی ہے۔“

⑤ ہمیشہ اللہ کا ذکر کرتے رہنا انسان کے لیے ضروری ہے، کیونکہ اہل جنت صرف اس گھڑی پر حسرت کریں گے جس میں اُنھوں نے اللہ کا ذکر نہیں کیا ہوگا۔ اور ہمیشہ اللہ کا ذکر کرتے رہنا، ہمیشہ اللہ کے ساتھ تعلق قائم رکھنے کی دلیل ہے۔

امام نوویؒ کہتے ہیں:

”علما کا اتفاق ہے کہ بے وضو یا جنبی شخص اور حیض ونفاس والی عورت کے لئے دل اور زبان کے ساتھ اللہ کا ذکر کرنا جائز ہے، جیسے سبحان الله، الحمد لله، الله أكبر، لا إله إلا الله اور درود شریف پڑھنا اور دعا کرنا، البتہ قرآن کی قراءت کرنا جائز نہیں۔“

⑥ جو شخص اللہ کا ذکر کرتا ہے، اللہ اس کا ذکر کرتا ہے۔ فرمان الٰہی ہے:

﴿ فَاذْكُرُوْنِیْٓ اَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوْا لِیْ وَلَا تَكْفُرُوْنِ ﴾

"پس تم میرا ذکر کرو، میں تمہارا ذکر کروں گا، اور میرا شکر ادا کرو اور ناشکری نہ کرو۔" (البقرۃ:۱۵۲)

اور کسی انسان کو اگر اس بات کا پتہ چل جائے کہ اسے فلاں بادشاہ نے یاد کیا ہے اور اس نے اپنی مجلس میں اس کی تعریف کی ہے، تو اسے انتہائی خوشی ہوتی ہے، اسی طرح اگر اسے یہ معلوم ہو جائے کہ اسے بادشاہوں کے بادشاہ نے فرشتوں کے سامنے یاد کیا ہے تو اس کی خوشی کا عالم کیا ہوگا!!

⑦ ذکر سے مقصود یہ نہیں کہ صرف زبان چلتی رہے اور دل اللہ کی عظمت اور اس کی اطاعت سے غافل رہے، بلکہ زبان کے ذکر کے ساتھ ساتھ یہ بھی ضروری ہے کہ اس کی سوچوں کا مرکز اللہ ربّ العزت ہو اور وہ ذکر کے معانی میں تدبر کر رہا ہو۔

فرمانِ الٰہی ہے:

"اور صبح وشام اپنے ربّ کو یاد کیا کر اپنے دل میں عاجزی اور خوف کے ساتھ، اور نسبتاً نیچی آواز کے ساتھ، اور اہل غفلت میں سے مت ہونا۔"

(الاعراف: ۲۰۵)

ذکر کرنیوالے کو پتہ ہونا چاہیئے کہ وہ کیا کہہ رہا ہے اور کس عظیم ذات کا ذکر کر رہا ہے تاکہ ظاہری اور باطنی طور پر اللہ سے اس کا تعلق قائم رہے۔

اللہ کی نعمتوں میں غور وفکر

اِرشادِ نبویؐ ہے:

«تَفَكَّرُوْا فِيْ آلَاءِ اللّٰهِ، وَلَا تَفَكَّرُوْا فِي اللّٰهِ»[۲]

''اللہ کی نعمتوں میں غور وفکر کیا کرو، اور اللہ میں غور وفکر نہ کیا کرو۔''

اور وہ اُمور جو دن اور رات میں بار بار کئے جا سکتے ہیں، ان میں سے ایک ہے: اللہ کی نعمتوں کا احساس اور ان پر اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کرنا، تو چوبیس گھنٹوں میں کتنے مواقع ایسے آتے ہیں جن میں انسان اگر اپنے اوپر اللہ کی نعمتوں کو یاد کرے تو بے ساختہ طور پر اس کی زبان سے ''الحمد للہ'' کے الفاظ جاری ہو جائیں۔ مثال کے طور پر

① آپ جب مسجد کی طرف جا رہے ہوتے ہیں، خصوصاً فجر کے وقت اور آپ دیکھتے ہیں کہ آپ کے آس پاس کے لوگ مسجد کا رخ نہیں کر رہے اور صبح ہونے کے باوجود مردوں کی طرح گہری نیند سو رہے ہیں، تو کیا آپ نے کبھی اس بات کا احساس کیا کہ اللہ نے آپ کو

---

[۲] السلسلة الصحيحة :۱۷۸۸'حسن'

ہدایت دے کر آپ پر کتنا بڑا احسان فرمایا ہے!

④ آپ جب اپنی گاڑی میں بیٹھے راستے پر رواں دواں ہوتے ہیں تو آپ کو کئی مناظر دکھائی دیتے ہیں، اِدھر کسی گاڑی کا حادثہ ہوگیا ہے، اور اُدھر کسی گاڑی سے گانوں کی آواز آرہی ہے، تو کیا آپ نے کبھی سوچا کہ اللہ تعالیٰ نے آپ پر کتنا بڑا انعام فرمایا اور آپ کو حادثات سے محفوظ رکھا اور اپنی نافرمانی سے بچائے رکھا!

⑤ آپ جب خبریں سن رہے یا پڑھ رہے یا دیکھ رہے ہوتے ہیں، تو آپ کو قحط سالی، سیلاب، وبا، حادثات، زلزلوں، جنگوں اور قوموں پر مظالم کی خبروں کا علم بھی ہوتا ہے، تو کیا آپ نے کبھی اس بات کا احساس کیا کہ اللہ نے آپ کو ان سے محفوظ فرما کر آپ پر کتنا انعام کیا ہے!

سو نیک بخت ہے وہ انسان جو ہر دم اللہ ربّ العزت کی نعمتوں کو یاد رکھتا ہے اور ہر موقعہ پر اللہ کے ان احسانات کا احساس کرتا ہے جن سے اللہ نے اسے نواز رکھا ہوتا ہے، مثلاً صحت وتندرستی، خوشحالی، دین پر استقامت، آفتوں اور مصیبتوں سے امن اور ان کے علاوہ دیگر بے شمار

نعمتیں، تو ان پر اللہ تعالیٰ کا شکر بجالانا ضروری ہے۔

رسول اللہ ﷺ کا ارشادِ گرامی ہے:

"جو شخص کسی مصیبت زدہ آدمی کو دیکھ کر درج ذیل دعا پڑھ لے تو وہ اس آزمائش سے محفوظ رہتا ہے: «اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِيْ عَافَانِيْ مِمَّا ابْتَلَاكَ بِهٖ وَفَضَّلَنِيْ عَلٰى كَثِيْرٍ مِّمَّنْ خَلَقَ تَفْضِيْلًا» ⑫

"تمام تعریفیں اس اللہ کے لئے ہیں جس نے مجھے اس چیز سے عافیت دی جس میں تجھے مبتلا کیا، اور اس نے اپنے پیدا کئے ہوئے بہت سے لوگوں پر مجھے فضیلت بخشی۔"

اور اِرشادِ باری تعالیٰ ہے:

﴿ فَاذْكُرُوْٓا اٰلَآءَ اللّٰهِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُوْنَ ﴾ (الاعراف:۶۹)

"پس اللہ کی نعمتوں کو یاد کیا کرو تاکہ تم کامیابی پا جاؤ۔"

⑫ سنن ترمذی:۳۴۳۱، صحیح۔

ہر ماہ میں تکمیل قرآن مجید

ارشادِ نبوی ﷺ ہے:

«اِقْرَاِ الْقُرْآنَ فِیْ شَهْرٍ» (۳۴)

''ایک مہینے میں قرآن پڑھا کرو۔''

اور ہر ماہ میں پورا قرآنِ مجید مکمل کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ ہر فرض نماز سے پہلے یا اس کے بعد کم از کم چار صفحات کی تلاوت کریں، یوں دن اور رات میں بیس صفحات یعنی ایک پارے کی تلاوت ہو گی۔ اور اگر ہر روز اسی طرح کیا جائے تو تیس دنوں میں پورا قرآن مجید مکمل ہو سکتا ہے۔

(۳۴) سنن ابو داود: ۱۳۸۸، صحیح۔

سونے سے پہلے کی سنتیں

سونے سے پہلے درج ذیل دعاؤں کا پڑھنا مسنون ہے:

① « اَللّٰهُمَّ بِاسْمِكَ اَمُوْتُ وَاَحْيَا »[۲۴]

”اے اللہ! میں آپ کے نام کے ساتھ مرتا اور زندہ ہوتا ہوں۔“

② دونوں ہتھیلیوں کو اکٹھا کر کے ان میں پھونک ماریں اور پھر آخری تین سورتیں پڑھیں، اس کے بعد جہاں تک ہو سکے اپنی ہتھیلیوں کو اپنے جسم پر پھیریں، اپنے سر اور چہرے سے شروع کریں اور جسم کے سامنے والے حصے پر ہتھیلیوں کو پھیریں، اور ایسا تین بار کریں۔[۲۵]

③ آیت الکرسی کو پڑھیں، صحیح بخاری میں اس کی یہ فضیلت ذکر ہوئی ہے ”جو آدمی اسے پڑھ لے ساری رات اللہ کی طرف سے ایک محافظ اس کی نگرانی کرتا رہتا ہے، اور شیطان اس کے قریب نہیں آتا۔“

④ «بِاسْمِكَ رَبِّ وَضَعْتُ جَنْبِيْ وَبِكَ اَرْفَعُهُ، إِنْ اَمْسَكْتَ نَفْسِيْ فَارْحَمْهَا، وَإِنْ اَرْسَلْتَهَا فَاحْفَظْهَا بِمَا تَحْفَظُ بِهِ

---

[۲۴] صحیح بخاری: ۶۳۱۴

[۲۵] صحیح بخاری: ۵۰۱۷

عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ»(٢٦)

''اے میرے ربّ! تیرے نام کے ساتھ میں نے اپنا پہلو (بستر پر) رکھا ہے، اور تیرے (فضل کے ساتھ ہی) اسے اٹھاؤں گا، اگر تو نے میری روح کو قبض کر لیا تو اس پر رحم کرنا، اور اگر تو نے اسے واپس لوٹا دیا تو اس کی اسی چیز کے ساتھ حفاظت کرنا جس کے ساتھ تو اپنے نیک بندوں کی حفاظت کرتا ہے۔''

⑤ «اَللّٰهُمَّ خَلَقْتَ نَفْسِي وَاَنْتَ تَوَفَّاهَا، لَكَ مَمَاتُهَا وَمَحْيَاهَا، اِنْ اَحْيَيْتَهَا فَاحْفَظْهَا، وَاِنْ اَمَتَّهَا فَاغْفِرْ لَهَا، اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ اَسْاَلُكَ الْعَافِيَةَ»(٢٧)

''اے اللہ! تو نے میری جان کو پیدا کیا، اور تو ہی اسے فوت کرے گا، تیرے لئے ہے اس کی موت اور اس کی زندگی، اگر تو نے اسے زندہ رکھا تو اس کی حفاظت کرنا، اور اگر تو نے اسے مار دیا تو اس کی مغفرت کرنا، اے اللہ! میں تجھ سے عافیت کا سوال کرتا ہوں۔''

⑥ اپنا دایاں ہاتھ اپنے رخسار کے نیچے رکھ کر تین مرتبہ یہ دعا پڑھیں:

«اَللّٰهُمَّ قِنِي عَذَابَكَ يَوْمَ تَبْعَثُ عِبَادَكَ»

---

(٢٦) صحیح بخاری: ٦٣٢٠ (٢٧) صحیح مسلم: ٢٧١٢

"اے اللہ! مجھے اس دن اپنے عذاب سے بچانا جب آپ اپنے بندوں کو اٹھائیں گے۔"[۲۸]

⑦ ۳۳ مرتبہ سبحان اللہ، ۳۳ مرتبہ الحمد للہ اور ۳۴ مرتبہ اللہ أکبر پڑھنا۔[۲۹]

ان تسبیحات کے فوائد نماز کے بعد کی سنتوں میں درج کیے جا چکے ہیں۔ (دیکھیں صفحہ نمبر ۶۵)

⑧ «اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِيْ اَطْعَمَنَا وَسَقَانَا وَكَفَانَا وَآوَانَا، فَكَمْ مِمَّنْ لَا كَافِيَ لَهُ وَلَا مُؤْوِيَ»[۳۰]

"تمام تعریفیں اس اللہ کے لئے ہیں جس نے ہمیں کھلایا اور پلایا، اور ہمیں کافی ہو گیا اور ہمیں جگہ دی۔ پس کتنے لوگ ہیں جنھیں کوئی کفایت کرنے والا ہے اور نہ جگہ دینے والا۔"

⑨ «اَللّٰهُمَّ فَاطِرَ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ لَآ اِلٰهَ اِلَّآ اَنْتَ رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيكَهُ، اَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِيْ وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطٰنِ وَشِرْكِهٖ وَاَنْ اَقْتَرِفَ عَلٰى

---

[۲۸] سنن ابو داود: ۵۰۴۵، صحیح۔
[۲۹] صحیح بخاری: ۳۱۱۳ و صحیح مسلم: ۲۷۲۷۔
[۳۰] صحیح مسلم: ۲۷۱۵۔

نَفْسِيْ سُوْءً اَوْ اَجُرَّهُ اِلٰی مُسْلِمٍ» (۳۱)

''اے آسمانوں اور زمین کو پیدا کرنے والے! اے غیب اور حاضر کو جاننے والے! آپ کے سوا کوئی سچا معبود نہیں، آپ ہر شے کے رب اور مالک ہیں۔ میں اپنے نفس کے شر سے اور شیطان کے شر اور اس کے شرک سے آپ کی پناہ میں آتا ہوں، اور اس بات سے بھی آپ کی پناہ چاہتا ہوں کہ میں اپنے نفس پر کسی برائی کا ارتکاب کروں یا کسی برائی کو کسی مسلمان کی طرف کھینچ لاؤں۔''

(۱۰) «اَللّٰهُمَّ اَسْلَمْتُ نَفْسِيْ اِلَيْكَ، وَفَوَّضْتُ اَمْرِيْ اِلَيْكَ، وَوَجَّهْتُ وَجْهِيْ اِلَيْكَ وَاَلْجَأْتُ ظَهْرِيْ اِلَيْكَ، رَغْبَةً وَّرَهْبَةً اِلَيْكَ، لَا مَلْجَأَ وَلَا مَنْجَا مِنْكَ اِلَّا اِلَيْكَ، آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِيْ اَنْزَلْتَ وَبِنَبِيِّكَ الَّذِيْ اَرْسَلْتَ» (۳۲)

''اے اللہ! میں نے اپنے نفس کو آپ کے حوالے کر دیا، اور اپنا معاملہ آپ کے سپرد کر دیا، اور اپنی پشت کو آپ کی پناہ میں دے دیا، آپ کی طرف رغبت کرتے اور آپ سے ڈرتے ہوئے اور آپ کی ہی طرف پناہ پانے اور نجات حاصل کرنے کی جگہ ہے، میں آپ کی اس کتاب پر ایمان

(۳۱) سنن ترمذی: ۳۵۲۹، صحیح۔ (۳۲) صحیح بخاری: ۶۳۱۳

لایا ہوں جو آپ نے اُتاری اور آپ کے نبی پر جسے آپ نے بھیجا۔

⑪ «اَللّٰهُمَّ رَبَّ السَّمٰوٰتِ وَرَبَّ الْاَرْضِ وَرَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ، رَبَّنَا وَرَبَّ كُلِّ شَيْءٍ، فَالِقَ الْحَبِّ وَالنَّوٰى، وَمُنْزِلَ التَّوْرَاةِ وَالْاِنْجِيْلِ وَالْفُرْقَانِ، اَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ كُلِّ شَيْءٍ اَنْتَ آخِذٌ بِنَاصِيَتِهٖ، اَللّٰهُمَّ اَنْتَ الْاَوَّلُ فَلَيْسَ قَبْلَكَ شَيْءٌ، وَاَنْتَ الْاٰخِرُ فَلَيْسَ بَعْدَكَ شَيْءٌ، وَاَنْتَ الظَّاهِرُ فَلَيْسَ فَوْقَكَ شَيْءٌ وَاَنْتَ الْبَاطِنُ فَلَيْسَ دُوْنَكَ شَيْءٌ اِقْضِ عَنَّا الدَّيْنَ وَاَغْنِنَا مِنَ الْفَقْرِ» ⑬

”اے اللہ! اے آسمانوں وزمین کے ربّ! اے عرشِ عظیم کے ربّ! اے ہمارے اور ہر چیز کے ربّ! اے دانے اور گٹھلی کو پھاڑنے والے! اے تورات، انجیل اور قرآن کو اُتارنے والے! میں ہر اس چیز کے شر سے آپ کی پناہ میں آتا ہوں جس کی پیشانی کو آپ نے پکڑ رکھا ہے، اے اللہ! آپ ہی اوّل ہیں، پس آپ سے پہلے کوئی چیز نہیں، اور آپ ہی آخر ہیں، پس آپ کے بعد کوئی چیز نہیں، اور آپ ہی ظاہر ہیں، آپ سے اوپر کوئی چیز نہیں اور آپ ہی باطن ہیں، آپ کے درے کوئی چیز نہیں،

---

⑬ صحیح مسلم: ۲۷۱۳

ہماری طرف سے قرضہ ادا کر دیں اور ہمیں فقیری سے نکال کر غنی کر دیں۔"

⑭ سورۃ البقرۃ کی آخری دو آیات کا پڑھنا: ﴿اٰمَنَ الرَّسُوْلُ بِمَاۤ اُنْزِلَ اِلَیْهِ مِنْ رَّبِّهٖ وَ الْمُؤْمِنُوْنَ كُلٌّ اٰمَنَ بِاللّٰهِ وَ مَلٰٓىِٕكَتِهٖ وَ كُتُبِهٖ وَ رُسُلِهٖ لَا نُفَرِّقُ بَیْنَ اَحَدٍ مِّنْ رُّسُلِهٖ وَ قَالُوْا سَمِعْنَا وَ اَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَ اِلَیْكَ الْمَصِیْرُ ○ لَا یُكَلِّفُ اللّٰهُ نَفْسًا اِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَ عَلَیْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَاۤ اِنْ نَّسِیْنَاۤ اَوْ اَخْطَاْنَا رَبَّنَا وَ لَا تَحْمِلْ عَلَیْنَاۤ اِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهٗ عَلَى الَّذِیْنَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَ لَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهٖ وَاعْفُ عَنَّا وَ اغْفِرْ لَنَا وَ ارْحَمْنَا اَنْتَ مَوْلٰىنَا فَانْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكٰفِرِیْنَ﴾ (آیات نمبر ۲۸۵، ۲۸۶)

اور ان کی فضیلت یہ ہے کہ

"جو شخص انھیں رات میں پڑھ لے اسے یہ کافی ہو جاتی ہیں۔"[۴۳]

اور کافی ہو جانے سے مراد کیا ہے؟ اس میں علما کا اختلاف ہے، بعض کا کہنا ہے کہ قیام اللیل سے کافی ہو جاتی ہیں، اور بعض کہتے ہیں کہ ہر برائی

---

[۴۳] صحیح بخاری: ۵۰۰۹ و صحیح مسلم: ۸۰۸

اور شر سے کافی ہو جاتی ہیں، اور یہ دونوں معانی مراد لینا درست ہیں۔[25]

⑬ سورۃ الکافرون کا پڑھنا، اور اس کی فضیلت یہ ہے کہ

"یہ سورت شرک سے براءت (بیزاری) ہے۔"[26]

⑭ سونے کی سنتوں میں سے ایک سنت یہ بھی ہے کہ باوضو سوئے، ایک حدیث میں ہے کہ

"تم جب بستر پر آنے کا ارادہ کرو تو وضو کر لیا کرو۔"[27]

⑮ اسی طرح ایک سنت یہ بھی ہے کہ دائیں پہلو پر سوئے، ارشادِ نبوی ؐ ہے:

"... پھر اپنے دائیں پہلو پر لیٹ جانا۔"[28]

⑯ اور ایک سنت یہ ہے کہ اپنا دایاں ہاتھ دائیں رخسار کے نیچے رکھے، رسول اللہ ﷺ جب سوتے تو اپنا دایاں ہاتھ اپنے دائیں رخسار کے نیچے رکھ لیتے۔[29]

⑰ اور سونے سے پہلے اپنا بستر جھاڑ لے، ارشادِ نبوی ؐ ہے:

"تم میں سے کوئی شخص جب اپنے بستر پر سونا چاہے تو اسے جھاڑ لے

---

(25) الأذکار از نوویؒ: ص ۸۴
(26) سنن ترمذی: ۳۴۰۳، صحیح
(27) صحیح بخاری: ۶۳۱۱
(28) صحیح بخاری: ۲۴۷ و صحیح مسلم: ۲۷۱۰
(29) سنن ابوداود: ۵۰۴۵، صحیح
(30) صحیح بخاری: ۶۳۲۰ و صحیح مسلم: ۲۷۱۴

کیونکہ اسے نہیں معلوم کہ اس کے جانے کے بعد اس پر کیا آیا!''[۴۰]

مذکورہ بالا دعاؤں کے متعلق امام نوویؒ کا کہنا ہے کہ بہتر یہ ہے کہ انسان ان تمام دعاؤں کو پڑھے، اگر ایسا نہ ہو سکے تو اپنی طاقت کے مطابق ان میں سے جو اہم دعائیں پڑھ سکتا ہے، پڑھ لے۔

یاد رہے کہ یہ دعائیں صرف رات کی نیند ہی کی نہیں بلکہ دن کی نیند کی بھی ہیں، کیونکہ ان کے متعلق جو احادیث ذکر کی گئی ہیں وہ ہر نیند کے بارے میں ہیں چاہے دن کو ہو یا رات کو، اور اگر انسان دن اور رات میں دو مرتبہ سوتا ہو، جیسا کہ بعض لوگوں کا معمول ہے تو مذکورہ سنتوں پر دو مرتبہ عمل ہو سکتا ہے۔

ان دعاؤں کو پڑھنے کے فوائد درج ذیل ہیں:

1. انسان اللہ کی حفاظت میں آ جاتا ہے، اور اسی بنا پر وہ رات کی تمام آفتوں اور شیطان کے شر سے بچ جاتا ہے۔
2. انسان کے دن کا اختتام اللہ کے ذکر، اس کی اطاعت، اس پر توکل اور اس کی توحید پر ہوتا ہے۔

ضروری یادداشتیں

عکس برائے
1- ادعیہ و اذکار
2- نزار الھدی حافظ محمد اسحاق

ہماری دیگر مطبوعات

ISLAMIC RESEARCH COUNCIL

J-99 ماڈل ٹاؤن لاہور 54700

فون: 5866396,5866476,5839404